مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما

از نمازگزاری تا انس با نماز (۱)

محسن محمدی



بسم الله الرحمن الرحیم

از نمازگزاری تا انس با نماز (۱)

نویسنده:

محسن محمدی

ناشر چاپی:

مرکز پژوهشهای اسلامی صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

از نمازگزاری تا انس با نماز (۱)

مشخصات کتاب

سرشناسه : محمدی، محسن

عنوان و نام پدیدآور : از نمازگزاری تا انس با نماز (۱)/محسن محمدی.

مشخصات نشر : قم:تهران: مرکز پژوهشهای اسلامی صدا و سیما، ۱۳۸۳.

مشخصات ظاهری : [۴]، ۲۰۰ ص.

فروست : مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما؛ ۶۵۴.

شابک : ۱۲۰۰۰ ریال ۹۶۴-۷۸۰۸-۰۲-۱

یادداشت : کتابنامه: ص. [۱۹۳] - ۲۰۰؛ همچنین به صورت زیرنویس

موضوع : نماز -- حضور قلب.

موضوع : نماز.

شناسه افزوده : صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران. مرکز پژوهشهای اسلامی

رده بندی کنگره : BP۱۸۶/۲/م۲۸الف۴ ۱۳۸۳

رده بندی دیویی : ۲۹۷/۳۵۳

شماره کتابشناسی ملی : م۸۵-۲۸۷۵۲

ص:۱

اشاره

دیباچه

دیباچه

وقتی دل تنگ و خسته از خاک، معراجِ جان و سیر به افلاک را آرزو می کنی، تنها بر بُراق نماز می توانی گستره آسمان ها را بپیمایی که: الصلوهُ معراج المُؤمن.

آن گاه که غوغای زندگی، تو را از خود بی خود می کند، به نمازی عاشقانه بایست و غبار تیرگی را از جسم و جان بزدای و سبکساری تن و روان را به تماشا نشین.

وقتی هراس تردید، سایه وحشت بر جانت می گستراند، آفتاب اطمینان را در سپیده دم نجوا (نماز صبح) و نیم روز نیایش (ظهر و عصر) و شبانگاه شوق (مغرب و عشا) بر دلت بتابان تا همه دغدغه ها و تشویش ها خاکستر شوند.

نماز، ریسمان قرب است و با آن، شایستگی هم سخنی با محبوب و حلاوت و هم زبانی با دوست را در ذرّه ذرّه وجودت احساس می کنی.

به راستی که نماز، نور چشم پیامبر صلی الله علیه و آله، ستون دین و استوارترین تکیه گاه و یادآور «راه و مقصد» است. نماز، کلاس سیاسی، فرهنگی، معنوی و تربیتی است که در آن، تواضع و خشوع و صفا و خلوص و

معرفت و کمال تدریس می شود.

پس بیاییم با نماز اُنس بگیریم و سراسر وجودمان را با نماز، شست وشوی معنوی دهیم و همه توان خود را برای حفظ و گسترش فرهنگ نماز به کار بندیم که اگر چنین شود، تمام دسیسه ها و نیرنگ های شیطانی بی اثر خواهد گشت.

نماز را تکریم و تعظیم کنیم تا به ساحل سلام و سلامت برسیم و هماره از ژرفای جان از خداوند بی زوال بخواهیم که:

رَبِّ اجْعَلْنی مُقیمَ الصَّلاهِ وَ مِنْ ذُرِّیَّتی رَبَّنا وَ تَقَبَّلْ دُعاءِ. (ابراهیم: ۴۰)

خدایا! مرا و فرزندانم را از برپاکنندگان نماز قرار ده. پروردگارا! این دعا را بپذیر.

چه خوش باشد که با یاد خداوند

تمام لحظه ها دل گیرد آرام

در پایان، از تلاش های بی شایبه پژوهشگر ارجمند جناب آقای محسن محمدی در سامان دهی این اثر سپاس گزاریم و امید می بریم کار ایشان مقبول طبع بلند برنامه ریزان و برنامه سازان ارجمند قرار گیرد.

انّه ولیّ التوفیق

اداره کل پژوهش

مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما

پیش گفتار

پیش گفتار

نماز رشته اتصال به محبوب است آن گاه که دست انسان از وصل کوتاه است و وجودمان در هجر گرفتار. نماز دریچه ای است برای گفت وگو با کریم مطلق تا به درد دل با او بنشینند و از رنجهای فراق به او شکوه برند و تسکینی بیابند. نماز یادگار یار است در میان دوستدارانش؛ هم چون عکس دوستی شفیق که در ایّام جدایی بدان بنگرند تا از داغ هجر، اندکی کاسته شود. نماز راه گشوده ای است که خداوند پیشِ پای بندگان گذاشته تا در هر مناسبت و موقعیتی شرح حال را به او باز گویند و راه چاره را از او بجویند.

خداوند انسان را آفرید تا آزادانه و از روی اختیار در مسیر عبادت قرار گیرد، نه این که مانند ملایکه مجبور به عبادت و پرستش باشد که این خود، نقطه عطفی در بندگی بود.

نماز برترین عبادتی است که انسان را به خداوند نزدیک می کند. امام خمینی رحمه الله آن عارف بزرگ می گوید:

اهل معرفت گویند باب عبادات مطلقا باب ثنای معبود است، منتها هر یک از آن ها ثنای حق است به نعتی از نعوت و اسمی از اسما؛ مگر نماز که ثنای حق است به جمیع اسماء و صفات.(۱)

۱- امام خمینی، چهل حدیث، ح بیست و هفتم، ص ۴۳۳.

انس بـا نمـاز یکی از عـالی ترین مراحـل عبـادت است که دست یـابی به آن، آثار حقیقیِ نماز را به دنبال دارد. انس و حضورِ قلبی هـدف اصـلی نمازگزاری است که بـدون آن، نماز جز برداشـتن تکلیف، اثری در پی نـدارد. طبق روایات نیز مقـداری از نماز پذیرفته می شود که همراه حضور و انس قلبی باشد.(۱)

بـا توجه به اهمیّت و ضـرورت انس با نماز در این نوشـته بر آنیم تا عوامل انس با نماز و گـذر از نمازگزاری به انس با نماز را بررسـی کنیم. در بخش اول پس از بیـان اهمیت و ضـرورت نمازگزاری و انس با نماز به بیان مفاهیم «نماز» و «انس» و کاربردِ واژه های آن می پردازیم. سپس پیشینه تاریخیِ نمازگزاری را تبیین می کنیم. در ادامه، موضوعِ نماز را از منظر قرآن و روایات بررسی می کنیم تا جنبه های مختلف آن روشن گردد. در پایان به بررسـی دیدگاه دانشـمندان مسلمان و غیر مسلمان در مورد نمـاز می پردازیم و در بخش دوم، بحث مهم عوامل انس با نماز را پی می گیریم که به سه دسـته اخلاقی ـ عرفانی، رفتاری و اجتمـاعی تقسـیم می شود. چون گـذر از مرحله نمـازگزاری و رسـیدن به انس با نماز، مسـتلزم رعایت نکاتی خاص است، این مبحث را به طور مسـتقل در بخش سوم بررسـی می کنیم. در ادامه، تفـاوت های نمازگزاری و انس بررسـی می شونـد و چون یکی از مهم ترین تفـاوت هـا، در آثـار این دو رویکرد رخ می نمایـد، مقوله آثـار انس بـا نمـاز را در بخش چهارم به تفصـیل بررسی می کنیم.

۱- حرّ عاملی، وسایل الشیعه، ج ۴، ص ۶۸۸ .

بخش اول:کلیّات

اشاره

بخش اول:کلیّات

قبل از این که در مورد اهمیت نماز و انس با آن بحث کنیم، ابتدا به اجمال در مورد مفهوم کلی عبادت سخن می گوییم و سپس به نماز چونان کامل ترین و مهم ترین عبادت می پردازیم که در تمام ادیان الهی وسیله ای برای عبادت و تقرب به خدا تلقی می شده است.

عبادت هدف آفرینش

عبادت هدف آفرینش

آیا تا به حال فکر کرده اید که آفرینش جهان با این همه عظمت برای چیست و چرا خداوند انسان را در جهان با گستره بی حد و مرزش آفرید؟ شاید پاسخ این پرسش، نقش غیرقابل پیش بینی را در زندگی ما داشته باشد و سبب تحوّل عظیمی در بینش ها و ارزش های زندگی ما شود.

خداوند آسمان ها و زمین را خلق کرد و آن ها را در اختیار انسان قرار داد تا او را عبادت کند، آن چنان که در قرآن می فرماید: «و ما خلقت الجن و الانس الا لیعبدون» (الذاریات: ۵۶) البته صورت های گوناگون عبادت که در فقه بیان شده است، در زمان، مکان یا آداب خاص منحصر نمی شود، بلکه همه کارهایی را که برای رضایت خداوند انجام می دهیم، عبادت تلقی می شود، گرچه مانند کسب و کار، پی جویی علم، ازدواج یا خدمت به مردم برای رفع نیازهای فردی یا اجتماعی باشد. آنچه یک امر را

تبدیل به عبادت می کند، اتّکای آن به انگیزه ای متعالی است؛ یعنی به تعبیر قرآن(۱) کارمان رنگ خدایی داشته باشد.

عبادت فطری است

اشاره

عبادت فطری است

تاریخ بشری گونه های متنوعی از عبادت و پرستشِ انتخابیِ انسان ها را در خود ثبت کرده است که در آن موجودات و اشیاء گوناگون پرستیده می شده اند. از چوب، سنگ، خورشید، ماه، آب و آتش گرفته تا حیوانات و انسان هایی که عنوان معبود و مسجود را بر آن ها می نهادند. خدایانی مَجازی که هر یک در دوره ای طرفدارانی برای خود دست و پا می کردند. با این حال، مجموع این ها از نیازِ پرستشگریِ انسان خبر می دهد و این که خلأ آن، روح انسان را با بحرانی عمیق مواجه می سازد.

شهید مطهری می گوید:

یکی از پایدارترین و قدیمی ترین تجلیّات روح آدمی و یکی از اصیل ترین ابعاد وجود انسان ها حس نیایش و پرستش است...(۲)

عمق و اصالت این گرایش را می توان از استواری و عظمت بناهایی که در طول تاریخ برای پرستش بنیان گردیده، دریافت.(۳)

۱. اهمیّت و ضرورت

اشاره

۱. اهمیّت و ضرورت

نماز به عنوان مصداق بارز عبادت اهمیّت زیادی دارد. آیات و روایات متعددی با تعابیر مختلف، درمورد اهمیّت نماز وجود دارد که مؤمنان را به اقامه نماز دعوت می کند و آن ها را از ترک آن باز می دارد.

۱- بقره، ۱۳۸.

۲- احیای تفکر دینی، ص ۱۰۵.

۳- پرستش آگاهانه، ص ۵۲.

نمازگزاری مرحله ای قبل از انس با نماز است. نخست انسان نماز را به پا می دارد و پس از رعایت پاره ای نکات و عوامل، به مرحله انس با نماز می رسد؛ مرحله ای که بدون نماز احساس وحشت می کند و احساس امنیت خود را از دست می دهد. هم چنان که در روایات می خوانیم: «هیچ مؤمنی نیست مگر آن که خدا ایمانش را همدم او قرار دهد، چندان که اگر بر ستیغ کوهی باشد احساس تنهایی نکند.»(۱)

چون نمازگزاری مرحله ای قبل از مرحله انس با نماز است، ابتدا به اهمیت و ضرورت نماز و نمازگزاری اشاره می کنیم و سپس به اهمیت و ضرورت انس با نماز می پردازیم. مرحله ای که فقط نماز گزار واقعی به آن پا می گذارد. با این حال، مرحله نمازگزاری از این جهت که مقدمه ای برای انس با نماز است مهم تلقی می شود وگرنه در فرهنگ دینی صرف نمازگزار بودن ارزشی محسوب نمی شود؛ چنان که خداوند در قرآن می فرماید: «ویلٌ للمصلّین؛ وای بر نماز گزاران». (ماعون: ۴)

اهمیّت نماز و نمازگزاری

اهمیّت نماز و نمازگزاری

می دانیم که پس از تحکیم پایه های اعتقادی (اصول دین)، نخستین گام عملی در حوزه شریعت، نماز است.(۲) نماز خدمت به خدا(۳) و نشانه

۱- میزان الحکمه، ج ۱، باب انس، ح ۱۵۴۵.
۲- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «اِذا اَسْلَم الرَّجُلُ عَلِّمْه الصلاه؛ هر کس که مسلمان شد، نماز را به او یاد دهید». ج، محی الدین سنو، الصلاه، ص ۱۲۵.
۳- قال الصّادق (ع): «اِنَّ طاعهَ اللّه خِدمَتُهُ فی الاَرضِ فَلَیس شَیٌ مِن خِدمَتِهِ یَعدِلُ الصلاهَ؛ اطاعت خداوند خدمت به خدا بر روی زمین است و هیچ چیز مثل نماز سبب خدمت به خدا نمی شود.» میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۱۸.

ایمان(۱) است. نماز پرچم اسـلام(۲) و سـیمای دین و مکتب(۳) است. نماز بهترین عمل بنـده(۴) و کلید بهشت(۵) است که اعمال به وسیله آن سنجیده می شود.(۶) از این رو پیامبر هیچ گاه از نماز سیر نمی شد.

نماز در قرآن

نماز در قرآن

در قرآن ۷۸ بـار واژه «الصّـلاه» تکرار شـده است. بخشـی از این آیات در مورد اهمیّت و جایگاه نماز و بخشـی دیگر در مورد اسـرار و آثار نماز است. در مورد آداب و شـرایط نمازو هم چنین ترک نماز نیز آیات بسیاری در قرآن وجود دارد. قرآن نماز را جزو برنامه های حکومت اسـلامی(۷) و اولوالباب(۸) قرار داده است و در جـای دیگر نمـاز را از اوصـاف مؤمنان و متّقین و محسنین می داند.(۹)

۱- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «عَلَم الایمانِ الصلاهُ؛ نشانه ایمان نماز است.» شهاب الاخبار، ص ۵۹.

۲- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «عَلَم الاسلام الصلاه؛ پرچم اسلام، نماز است». بحارالانوار، ج ۷، ص ۲۷۹، ح ۱۸۸۷.

۳- قـال علی (ع): «وَجْهُ دینکم الصـلاهُ؛ و سـیمای دین شـما نمـاز است». بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۲۷، فروع کـافی، ج ۱، ص ۲۷۰.

۴- قـال رسـول اللّه صـلی الله علیه و آله : «الصـلاه من افضـل اعمـال العبـاد؛ نمـاز از بهـترین اعمـال بنـدگان است». مسـتدرک الوسائل، ج ۱، ص ۱۸۴.

۵- قال رسول اللّه ص: «الصلاهُ مفتاحُ الجنّهِ؛ نماز کلید بهشت است». بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۱، نهج الفصاحه، ح ۱۵۸۸.

۶- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «الصلاهُ میزانٌ؛ نماز تراز و معیار سنجش است.» فروع کافی، ج ۳، ص ۲۱۷.

۷- حج، ۴۱.

۸- رعد، ۲۲.

۹- بقره، ۳؛ توبه، ۷۱؛ نمل، ۲ و ۳؛ لقمان،۲ _ ۴.

نماز و گناه

نماز و گناه

نماز سبب بخشش گناه(۱) و وسیله محو آن است.(۲) گناهان گذشته به وسیله نماز بخشیده می شود.(۳) و اصلا نماز عامل بازدارنده از گناه است(۴) و در برخی روایات نماز (نماز جمعه) به عنوان کفاره گناهان تا ۱۰ روز بیان شده است.(۵) نماز سبب شست وشوی گناه(۶) و ریزش گناهان گذشته(۷) و سدی در مقابل گناهان آینده است.(۸)

نماز و شیطان

نماز و شیطان

نماز عامل دوری شیطان و سیاه شدن چهره اوست.(۹) نماز سبب

۱- قال الصادق (ع): «من صلّی رکعتین یعلم ما یقول فیهما انصرف و لیس بینه و بین اللّه ذنبٌ الّا غفره اللّه ؛ هر کس دو رکعت نماز با حضور قلب بخواند، خداوند همه گناهان او را می بخشد.» بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۴۰، ج ۸۲، ص ۲۲۴؛ مستدرک الوسائل، ج ۱، ص ۱۸۳.

۲- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «و أنا لا ـ اشبَعُ مِن الصلاه؛ من از نماز سیر نمی شوم.» بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۳؛ امالی طوسی، ج ۲، ص ۱۴۲.

۳- «ان الحسنات یذهبن السیئات؛ خوبی ها نماز، بدی ها (گناه) را از میان می برد.» (هود: ۱۱۴)؛ جامع احادیث شیعه، ج ۴، ص ۱۰؛ بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۲.

۴- «ان الصلاه تنهی عن الفحشاء و المنکر؛ نماز عامل بازدارنده از گناه و بدی است.» عنکبوت: ۴۵.

۵- کنز العمال، ح ۲۱۰۹۱.

۶- وسایل الشیعه، ج ۲،ص ۷.

۷- قال علی (ع): «و انها لَتَحُتَّ الذُنوبَ حَتَّ الورق؛ نماز گناهان را مثل برگ درخت می ریزد.» (بحار الانوار، ج ۵۳، ص ۱۸۲).

۸- آثار و برکات نماز در دنیا، برزخ و قیامت، ص ۶۶.

۹- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «الصلاه تُسَوِّدُ وجهَ الشَّیطان؛ نماز چهره شیطان را سیاه می کند.» نهج الفصاحه، ص ۳۹۶.

شکست شیطان است.(۱) چون نماز گزار در دژ محکم نماز از خود دفاع می کند.(۲) بی دلیل نیست که فریاد ابلیس از نمازگزار و سجده طولانی او بلند است(۳) و به انسان حسادت می کند.(۴) نمازگزار از شرّ شیطان در امان است؛(۵) چون نماز سبب راندن شیطان می شود(۶) و حتی در لحظه مرگ نیز شیطان از نماز گزار دور می شود.(۷) شیطان از نماز عصبانی می شود؛(۸) چون سبب سرکوبی اوست(۹) و شیطان از نمازگزار جدی می ترسد.(۱۰)

۱- قال امام المهدی (ع): «ما ارغم أنفَ الشیطان بشیءٍ مثل الصلاه؛ هیچ چیز مثل نماز بینی شیطان را به خاک نمی مالد.» بحارالانوار، ج ۵۳، ص ۱۸۲.

۲- قال علی (ع): «الصلاه حِصنٌ من سطوات الشیطان؛ نماز دژی در مقابل حملات شیطان است.» غررالحکم و درر الکلم، ص ۵۶؛ میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۶۷؛ اسرار الصلاه شهید ثانی، ص ۱۰.

۳- قال علی امیرالمؤمنین (ع): «ان العبد اذا سجد نادی ابلیس یاویله؛ بنده هنگامی که سجده می کند، ابلیس می گوید: وای بر من. اصول کافی، ج ۳، ص ۲۶۴؛ بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۳.

۴- بحار الانوار، ج ۷۹، ص ۲۰۷.

۵- قال علی (ع): «ذکر دَعامه الایمان و عصمه من الشیطان؛ ذکر خدا نماز ستون ایمان و در امان بودن از شیطان است.» منتخب الغرر، ص ۲۲.

۶- قال علی (ع): «ذکراللّه مطرده الشیطان؛ یاد خدا نماز شیطان را می راند.» منتخب الغرر، ص ۲۰.

۷- قال الصادق (ع): «اِنّ ملک الموت یدفع الشیطان عن المحافظ علی الصلاه؛ عزرائیل، شیطان را از کسیکه بر نمازش مواظبت می نموده دفع می کند.» وسایل الشیعه، ج ۲، ص ۱۹.

۸- بحار الانوار، ج ۸۷، ص ۱۶۱.

۹- بحار الانوار، ج ۵۳، ص ۱۸۲.

۱۰- امام رضا (ع) نقل کرد که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «لایزال الشیطان ذُعْرا مَنِ المؤمنِ» «ماحافظ علیالصلوات الخمس؛ شیطان همواره از مؤمنی که بر نمازش مواظبت می کند، می ترسد.» عیون اخبارالرضا، ج ۲، ص ۲۸.

نماز در قیامت

نماز در قیامت

نماز توشه، آخرت(۱) و کلید بهشت است(۲) که سبب ورود انسان در بهشت(۳) و نجات او از آتش و عذاب است.(۴) نمازگزار به سبب وضو بی حساب وارد بهشت می شود(۵) و در خانه های بهشتی جای می گیرد.(۶) نماز حایلی بین نمازگزار و آتش است و سبب دوری جسم نمازگزار از آتش می شود.(۷)

نماز؛ وجه اشتراک شرایع آسمانی

نماز؛ وجه اشتراک شرایع آسمانی

ادیان آسمانی که همگی در دعوت به عبادت خدا و دوری از طاغوت قول مشترک دارند، با آن که در مجموعه تکالیف تعریف شده خود، وظایف گوناگونی را برای بندگان قایل بوده اند، ولی قدر مشترک تمامی آن ها، اقامه نماز بوده است. بدین جهت، جایگاه خاص نماز در فرهنگ همه ادیان، می تواند بهترین دلیل در اثبات اهمیت آن باشد. همان گونه

۱- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «الصلاه زادٌ للمؤمن من الدنیا الی آخره؛ نماز توشه ای برای مؤمن از دنیا به سوی آخرت است.» بحار الانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۲.

۲- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «الصلاه مفتاح الجنه؛ نماز کلید بهشت است». نهج الفصاحه، شماره ۱۵۸۸؛ بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۱.

۳- قال الصادق (ع): «ان العبد لیصلّی الرکعتین یرید بها وجه اللّه فیدخله اللّه به الجنه؛ بنده دو رکعت نماز برای رضای خدا می خواند و خداوند او را وارد بهشت می کند.» اصول کافی ج ۲، ص ۶۱ ؛ وسائل الشیعه ج ۳، ص ۳۰؛ مستدرک الوسائل ج ۳، ص ۳۱۶.

۴- اصول کافی، ج ۲، ص ۴۹۹، حدیث ۳؛ وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۳۰.

۵- کنزالعمال، ج ۷، ح ۱۹۰۳۶.

۶- بحارالانوار، ج ۲، ص ۲۳۱.

۷- جامع احادیث شیعه، ج ۴، ص ۲۷.

که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وسلم از آن به عنوان «نهج الانبیاء» و شیوه تمامی پیامبران یاد کرده است.(۱)

نماز؛ عبادتی همیشگی

نماز؛ عبادتی همیشگی

هر یک از تکالیف شرعی به گروهی خاص از بندگان تعلق می گیرد یا این که گروه هایی از آن معاف هستند. برای مثال روزه بر بیمار و مسافر واجب نیست و خمس و زکات و حج بر کسانی که تمکن مالی دارند تعلق می گیرد، ولی نماز فریضه ای است همیشگی و همگانی که در زمان هراس و امنیت، در روز و شب، در تمامی ماه های سال، بر بنده و آزاد، مرد و زن، غنی و فقیر و سالم و مریض واجب است.

مسجد؛ مکانی ویژه نمازگزاران

مسجد؛ مکانی ویژه نمازگزاران

یکی دیگر از وجوهی که عظمت و اهمیّت نماز را آشکار می کند، اختصاص مکانی ویژه برای انجام این فریضه است. مساجد گرچه پایگاه معنوی یک حکومت دینی تلقی می شوند، ولی بنا بر ماهیّت عملی که در آن انجام می شود، عنوان «مسجد» یا سجده گاه را به خود اختصاص می دهد. احداث مسجد به پروژه عظیمی می ماند که در تمامی جهان اسلام و در طول اعصار و قرون به جهت انجام فریضه نماز دنبال شده است. به تعبیر قرآن، آباد کردن مساجد تجلّی ایمان به خداوند و آخرت است.(۲) حکایت از تکریم و تعظیم این وظیفه نزد خداوند متعال دارد.

۱- بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۳۱.

۲- «انما یعمر مساجد الله مَنْ آمَنَ باالله و الیوم الاخر» توبه: ۱۸

تکرار و تنوع

تکرار و تنوع

نماز عبادتی است که هر روز، در چند نوبت، تمامی مسلمانان به آن فرا خوانده می شوند و می تواند دلیل آشکاری بر اهمیت این عمل باشد. این عبادت که به ظاهر تکراری می نماید، به نردبان ترقی انسان تشبیه شده(۱) و هر جزء و هر رکعت از آن پلکانی است که انسان ها را به جایگاه برتر ارتقا می دهد. البته نماز با وجودِ یکسان بودن اصول و ارکانش از تنوع و اشکال گوناگونی برخوردار است و تکرار نماز به معنای یکنواخت بودن و ملالت بار بودن آن نیست. به واقع، گوهر واحد این عبادت بزرگ در شکل های مختلف تجلّی می یابد. برای مثال از حیث تعداد رکعت، رکوع دعاهای مستحب در قیاس با ظرف زمانی و هم چنین نیّت اقامه نماز تفاوت های زیادی دیده می شود، چون بیش از سیصد نوع نماز در کتاب های فقهی ما دیده می شود.(۲) این تکرار و تنوّع می تواند دلیل دیگری بر اهمیّت این عبادت تلقی گردد.

ضرورت نمازگزاری (چرا نماز بخوانیم؟)

ضرورت نمازگزاری (چرا نماز بخوانیم؟)

پیش تر از اهمیت نماز سخن گفتیم. اینک به ضرورت نماز گزاردن می پردازیم و این که چرا باید چنین عبادتی را استمرار بخشیم؟ برخی از نماز گزاردن تنها تصوری عابدانه و زاهدانه دارند و نماز را وسیله ای برای کرنش و خضوع در مقابل خداوند می دانند، بی آن که از آثار آن دراصلاح و تربیت نفس و کنترل حیات اجتماعی بشر آگاه باشند. چنین

۱- قال علی (ع): «الصلاه قربان کل تقی» تفسیر نورالثقلین، ج ۴، ص ۲۰۵.

۲- نک: نمازهای مستحبی، عباس عزیزی، چ اول.

نگرشی به دلیل جدا کردن ضرورت های نمازگزاری از روند زندگی انسان، آن را عبادتی ویژه زاهدان نشان می دهد. به همین جهت، در این بخش تلاش می کنیم با یافتن پاسخ های جامع و دقیق برای این پرسش که «چرا نماز بخوانیم؟» زاویه نگرش به این موضوع را تغییر دهیم تا با دیدی گشوده و از روی اختیار و لذت به نماز روی آوریم.

تأمین نیاز درونی و روانی انسان

تأمین نیاز درونی و روانی انسان

بی شک، انسان برای گریز از زندگی حیوانی و راهیابی به زندگی انسانی و حیات طیبه و تخلّق به اخلاق کریمه و رهایی از افسردگی ها به یک عامل مهار کننده نیازمند است که روح او را در کنترل و تسخیر خود قرار دهد و پرهیز از انحراف و جنایت را بر او الزام کند و روح نوع دوستی، عاطفه و محبت را بر وی ببخشد و به هنگامی که پژمرده و افسرده می گردد، او را طراوت بخشد. بسیاری از روان شناسان، جامعه شناسان و کارشناسان تربیتی بر این مسأله اتفاق نظر دارند که این نیرو از منبع اعتقاد دینی و معنویت نشأت می گیرد. هنری لنک ــ روان شناس معروف انگلیسی ــ پس از پژوهش های گسترده بالینی که بر روی بیش از ده هزار انسان افسرده مجرم و تبهکار انجام داد، چنین گفت:

اینک به خوبی اهمیت اعتقاد دینی را در زندگی انسان درک می کنم و در خلال تمامی آزمایش ها، این نتیجه مهم را دریافته ام که هر کس به دین و اعتقاد دینی گردن بسپارد یا با عبادتکده ای در ارتباط باشد از شخصیت انسانی والاتری بر خوردار است و در مقایسه با آن کس که

ایمانی ندارد و با عبادتی در تماس نیست، کرامت خاصی دارد.(۱)

قرآن کریم نیز «ذکر خدا» را به عنوان برترین داروی آرام بخش و شفادهنده قلب ها معرفی می کند و «نماز» را به عنوان مصداق برتر ذکر می داند.(۲) به این ترتیب، همه آشوب ها و تشویش ها، تمامی ناآرامی ها و اضطراب ها با به پاداشتن نماز در فواصل گوناگون مهار می شود. احساس بی ثباتی و بی اعتباری در جهان طبیعت و فنا پذیری و محدودیت زندگی دنیایی و عدم پاسخگویی طبیعت به احساسِ نیازِ پایان ناپذیر انسان اضطرابی همیشگی و غربتی جاودانه را بر روح انسان چیره می گرداند. در چنین فضایی است که نماز پیوند انسان را با ذات فناناپذیر برقرار می کند و به او جاودانگی را نوید می دهد. گویا نماز دستی برآمده از سوی انسان است به سوی آن که می تواند پاسخگوی نیاز او باشد. از این رو، انسان به هنگام نماز طمأنینه و آرامش خود را باز می یابد و به زندگی و حیات خود امیدوار می گردد. مشروط بر آن که در این سیر عامل پیوند دهنده اصلی یعنی «روح» غایب نباشد.

البته توجه به این نکته لازم است که مکتب ما نقشِ دیگر عوامل را در کاهش و کنترل نا آرامی ها و اضطراب ها به هیچ وجه انکار نمی کند و نماز را تنها راه آرامش معرفی نمی کند. بلکه ارضای غریزه جنسی(۳) و

۱- عفیف عبد الفتاح طیاره، روح الصلاه فی الاسلام، ص ۲۹. برگرفته از دکتر هنری لنک، کتاب بازگشت به ایمان.

۲- «اَقِمِ الصلاه لذکری؛ نماز را به خاطر یاد من به پادار.» طه: ۲۱

۳- «و من آیاته ان خلق لکم من انفسکم ازواجا لتسکنوا الیها». روم: ۲۱

تأمین نیازهای اقتصادی(۱) را از دیگر عوامل آرام بخش انسان می داند.

و این گونه نیست به کسی که تحت فشار جنسی قرار دارد نماز را به عنوان تنها راه برطرف شدن نیاز جنسی توصیه کند.(۲) یا شخص گرسنه را به جای صرف غذا به نماز دعوت کند، با این حال امکانات محدود دنیا نیز قدرت پاسخگویی کامل به نیازهای نامحدود انسان را ندارد و تا کنون نمونه ای دیده نشده است که بی بند و باری های جنسی و یا فراوانی ثروت عامل غایی آرامش در انسان باشد و یا دیده نشده که مدیریت اجتماعی کشورهایی که به آزادی مطلق جنسی عقیده دارند، از بهداشت روانی جامعه خود اظهار رضایت کامل کرده باشند. زیرا انسان برای رسیدن به آرامش پایدار نیازمند آن است که با قدرت برتر فناناپذیر ارتباط برقرار کند و به آرامش های موردی و زودگذر دل نبندد.

رابطه با خداوند چنان آرامشی در وجود انسان ایجاد می کند که نمی توان آن را با دیگر عوامل آرامش بخش، که جز نقش مقطعی ایفا نمی کنند، مقایسه نمود. به این ترتیب نماز بدون نفی دیگر عوامل خود را به عنوان اصلی ترین بستر طمأنینه بشر جلوه گر می سازد.

پرورش تمرکز ذهن

پرورش تمرکز ذهن

در بسیاری موارد «تمرکز» به عنوان اصلی ترین عامل، برای موفقیت

۱- در روایات اسلامی فقر یکی از عوامل ناآرامی ذکر شده است.

۲- بلکه نماز کسی که غریزه جنسی اش را ارضا کرده است، برتر از کسی است که در اوج فشار جنسی است. پیامبر می فرماید: «دو رکعت نمازی که فرد متأهل می خواند بهتر از هفتاد رکعت نماز فرد مجرد است». بحارالانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۲۰.

انسـان کفـایت می کنـد. این کـارآیی نه فقـط در فعالیت های مادّی انسان، بلکه گاهی تا حـد مسایل ماورایی و مرموز هستی، گسترده می شود. بـدین معنا که حتی عملیات شـگفت انگیز مرتاضان هنـدی، طریقه های پیشـرفت و سـیر و سـلوک در مکتب های عرفانی و مذهبی شـرق دور از جمله ذن، بودیسم، یوگا و... راه های دیدن حقیقت اشـیا در مقایسه با مشاهده معمولی آن هـا، روش هـای کشف و شـهود و مراقبه در فرقه هـای تصوّف و بسـیاری دیگر، تنهـا از طریق دست یافتن به درجاتی از تمرکز محقق می گردد.

همان گونه که پیش تر اشاره شـد، اضـطراب ها و تنش های روانی از بیماری های مهلکی است که انسان معاصـر را تهدید می کنـد و به همین دلیـل روان تحلیـل گران و روان شـناسان می کوشـند تـا بحران هـای روحی را مهـار کننـد. از طرفی مهـار این پراکندگی های درونی شـرط نخستِ دستیابی به نبوغ و درایت است در این مورد، مطالعات مختلف علمی و پژوهشـی و نظریه پردازی هـای گونـاگونی صورت پـذیرفته است که از آن جمله می توان به پژوهش هـای گاردنر مورفی درباره متوجه ساختن اندیشه و فعالیت به موضوعی معین اشاره کرد.(۱)

حضور قلب، یکی از معـانی بلنـد و رفیع نمـاز است که حقیقت نمـاز به آن بسـتگی دارد. به طور کلی، در اسـلام نمـازی معتبر است که همراه با حضور قلب باشد. انسان برای این که در نماز حضور قلب داشته باشد،

۱- کاپلان ـ سادوک، روان پزشکی ترجمه: پورافکاری، ج ۱، ص ۵۵۳.

می بایست ذهنش را با یاد خـدا متمرکز کنـد و خود را در محضـر خداونـد ببینـد و به اموری که با این وضـعیت مغایرت دارد، توجه نکند.

نمازگزار در هنگام نماز فکرش را در مـدار تمرکز قرار می دهـد ذکر و یادش را به خداونـد منحصـر می کند. بدین ترتیب، بر پادارنـده حقیقی نماز در عبادتِ روزمره خویش، با برخورداری از حضور قلب در واقع تمرکز حواس را بارها تمرین می کند و بـدین وسـیله این ویژگی نیکو را در وجود خود، نهادینه می سازد تا با بهره گیری از آن در دیگر عرصه های زندگی، موفقیت را در همه ابعاد ممکن نصـیب خویشتن سازد. گذشته از این تمرکز به یک آرامش روانی احتیاج دارد که نماز آن را تأمین می کند.

برقراری عدالت اجتماعی

برقراری عدالت اجتماعی

نمازگزار باید شرایط خاصّی را در مورد لباس، درآمد، مکان نماز، رعایت حقوق مردم مانند پرداخت زکات، پرهیز از غیبت و تـوجه به حقوق دیگران و ... مورد نظر قرار دهـد تـا نمـاز او مورد قبول خداونـد قرار گیرد. این پی آمـدها که تمـامی زوایـای زنـدگی انسـان را متـأثر از خود می کنـد، تـأثیر نماز را از محـدوده یک عمل فردی و شخصـی فراتر می برد و به صورت یک جریان اصـلاحی و پدیـده ای اجتماعی در متن زنـدگی ظاهر می کند و در واقع، مسـیر برقراری عدالت اجتماعی را هموار می کند.

دست یابی به وقارِ اخلاقی و شخصیتی

دست یابی به وقارِ اخلاقی و شخصیتی

به گفته قرآن یکی از اعمالی که اخلاق و شخصیت انسان را به شدّت تحت تأثیر و نفوذ خود قرار می دهد، نماز و مداومت بر این عمل عبادی است. قرآن کریم ساختار شخصیتی انسان را چنین توصیف می کند:

انسان بی صبر و طاقت و حریص آفریده شده است. آن گاه که با مشکلی مواجه

می شود بی تابی می کند و آن گاه که به امکاناتی دست می یابد، از کمک به دیگران خودداری می کند، مگر نماز گزارانی که هیچ گاه از انجام این عبادت فرو گذار نمی کنند. (المعارج: ۱۹ و ۲۰)

نمازگزار با توجه به مفاهیم والا و بلندی که در روند نمازگزاری از آن ها الهام می پذیرد و طمأنینه و آرامشی که در پرتو ذکر خدا به دست می آورد، به وقار و شخصیتی دست می یابد که چون لنگری او را در تلاطم و طوفان زندگی ثبات می بخشد.

قبول نظم و انضباط

قبول نظم و انضباط

نظم و انضباط به غیر از پی آمدهای عملی، تصویری زیبا و تحسین برانگیز از شخصیت انسان جلوه گر می سازد. این امتیاز که به وسیله تمرین و دقت نصیب انسان می گردد، در جریان زندگی نخست انسان را در پاره ای موارد به اجرای برنامه های مورد نیاز ملزم می کند و سپس با گسترش آن به دیگر موارد، ویژگی نظم پذیری را در او نهادینه می کند. در این راستا نمازهای روزمره که در اوقات معین و به صورت یک الزام دینی در روند و برنامه زندگی جای می گیرد، به صفحه فعالیت های زندگی کادر مشخص می دهد و روح انضباط پذیری و تقیّد به دقت و نظم را در انسان زنده می کند.

همسویی با هستی

همسویی با هستی

هستی همواره هستی آفرین را می ستاید. قرآن کریم می فرماید: «اِنْ مِنْ شی ءٍ الا یُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ»؛ همه موجودات خداوند را تسبیح می کنند». (اسراء: ۴۴) حتی غرّش ابرها پیام آور تسبیح الهی اند.(۱) آن ها که به ظاهر فاقد شعور و

۱- «و یسبح الرعد بحمده». الرعد: ۱۳.

ادراکند، خدای را ستایش می کنند؛ چگونه ممکن است انسان شعورمند در برابر عظمت خداوند کرنش نکند. نماز برترین، زیباترین و پسندیده ترین کرنش ها را در بر دارد و انسان در قالب نماز با هستی همسویی و هستی بخش را تقدیس می کند. وه! که این سرود هستی چه خواندنی و لذت بخش است.

ضرورت و اهمیت انس با نماز

ضرورت و اهمیت انس با نماز

هر چند نمازگزاری از اهمیّت و ضرورت خاصی برخوردار است، ولی صرف نمازگزاردن، انسان را به کمال واقعی نمی رساند، مگر آن که نمازگزاری «اُنسِ با نماز» را در پی داشته باشد. به واقع، اهمیت نماز گزاری در فراهم کردن مقدمه رسیدن به «انس با نماز» است که رخ می نماید. چون آثار متعالی و خیره کننده نماز پس از انس با آن ایجاد می شود. در ضرورت و اهمیّت انس با نماز و حضور قلب همین بس که بدانیم نماز بدون توجه، نماز حقیقی نیست و وقتی نماز از حقیقت و باطن خود جدا می شود و به صورت یک عمل بی روح در می آید، ثمری ندارد و چه بسا دوری از خدا را هم موجب بشود.

حقیقت این است که چون نماز گزار در حال نماز، با خداوند راز و نیاز می کند، بنابراین اگر سخنی با غفلت بگوید، بدون شک نمازگزاری او را نمی توان راز و نیاز نامید. انس و حضورِ قلب، حقیقت و روح نماز است؛ زیرا غرض اصلی از عبادت، پالایش نفس و روشن کردن فضای تاریک جان است. پس هرعملی که تأثیر آن در صفا دادن و شفاف ساختن دل بیشتر باشد، برتر است. بی تردید آن چه در درجه نخست

موجب صفا و جلای نفس و زدودن کدورت ها می شود، حضور قلب است و انجام حرکات ظاهری جز در این چارچوب، در صفای باطن نقشی ندارد. سخنی که از روی غفلت سر زند، مناجات نیست. اَدای کلام باید آن چیزی را که در ضمیر آدمی است، آشکار کند و بدیهی است که این، جز با حضور قلب ممکن نیست.

امام خمینی رحمه الله در تبیین رابطه عبادت و حضور قلب می گوید:

از همه امور مهم تر، حضور قلب است که روح عبادت و حقیقت آن بسته به آن است و بدون آن هیچ قیمتی برای عبادت نیست و قبول درگاه حق تعالی نشود.(۱)

انس با نماز و اهمیت حضور قلب در روایات

انس با نماز و اهمیت حضور قلب در روایات

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمودند: «لا صَلاةَ إلاّ بِحضُورِ الْقَلبِ؛ فقط نمازی که با حضور قلب باشد، مقبول است.»(۲) در روایت دیگری پیامبر صلی الله علیه و آله می فرماید: «لا یُنْظَر اِلی صَلاةٍ لایَحضُر الرَّجلُ فیها قَلبَه مَعَ بَدَنِه؛ نمازی که قلب نمازگزار همراه با بدنش حضور نداشته باشد، مورد نظر و توجه خداوند نیست.»(۳) امام سجاد (ع) در روایتی می فرماید: «ان العبد لا یُقبَل منه صلاةٌ الا بحضور القلب؛ نماز بنده قبول نمی شود مگر به اندازه ای که حضور قلب داشته باشد.»(۴)

انس با نماز شرط قبولی همه اعمال

انس با نماز شرط قبولی همه اعمال

انس و حضور قلب شرط قبولی نماز است و بدون آن نماز مقبول درگاه خداوند نمی شود. هم چنان که امام باقر (ع) می فرماید: «تنها مقداری

۱- حضور قلب در نماز از دیدگاه عالمان ربانی و عارفان الهی، ص ۱۲۹. برگرفته از: چهل حدیث امام خمینی.

۲- احقاق الحق، ج ۲، ص ۳۱۸.

۳- احقاق الحق، ج ۲، ص ۳۱۸.

۴- وسایل الشیعه، ج ۴، ص ۶۸۸.

از نماز که با حضور قلب بوده بالا می رود».(۱) نماز معیار قبولی تمام اعمال است و اگر نماز قبول نشود، دیگر اعمال فایده ای ندارد. امام صادق (ع) در این مورد می فرماید:

اول ما یحاسَب به العبدُ الصلاه فِانْ قُبِلَت قُبِلَ سائرُ عملِه و اِنْ رُدَّتْ، رُدَّ سائِرُ عمله(۲)

اولین عملی که عبد به آن محاسبه می شود نماز است پس اگر مورد قبول خداوند واقع شود دیگر اعمال او نیز قبول خواهد شد و اگر قبول نشود سایر اعمالش نیز مورد قبول واقع نمی شود.

نماز معیار قبولی تمام اعمال است و حضور قلب معیار قبولی نماز، پس کسی که با نماز انس ندارد، هیچ یک از اعمالش پذیرفته نمی شود، پس حضور قلب شرط قبولی تمام اعمال انسان و کلید گنج سعادت است و این نکته بسیار مهم و قابل توجه است. امام خمینی رحمه الله در کتاب آداب نماز می گوید:

«قبولی نماز شرط قبولی دیگر اعمال است و اگر نماز قبول نشود، به اعمال دیگر اصلاً نظر نکنند.»(۳)

انس با نماز و آثار واقعی نماز

انس با نماز و آثار واقعی نماز

چون روح و حقیقت نماز در گرو حضور قلب و انس با نماز است، در آیات و روایات نیز بر نماز با حضور قلب تاکید بسیار شده است. کسی که با نماز انس ندارد، آثار پربار نماز را درک نمی کند. به عبارت

۱- شیخ صدوق، علل الشرایع، ج ۲، ص ۳۲۷، باب ۲۴، ح ۲.

۲- وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۲۲.

۳- فلاح السائل، ص ۱۲۷، به نقل از من لا یحضره الفقیه، ج ۱، «فضل الصلوه» باب ۳۰، ح ۵.

دیگر، صِرفِ اَعمال و افعال ظاهریِ نمازگزاری بدون حضور قلب، انسان طعم شیرین نماز را نمی چشد و از آن لذّت نمی برد و در نتیجه، اثری از آن در زندگی خود مشاهده نمی کند.

یکی از آثار نماز ترک گناه است(۱) و نمازِ بدون حضورِ قلب، سبب ترک گناه نمی شود. امام صادق (ع)می فرماید:

هر کس مایل است که بداند آیا نمازش مورد قبول واقع شده یا نه، ببیند که آیا نماز او را از فحشا و منکر بازداشته یا نه؟ به مقداری که او را از فحشا و منکر بازداشته، نمازش پذیرفته شده است.(۲)

انس، ارتباط برتر

انس، ارتباط برتر

انسان برای رسیدن به آرامش ابدی و ارضای نیازهایش می بایست با قدرت برتر هستی ارتباط عمیق و پردوام داشته باشد. در حقیقت، هر یک از انسان ها، با هردین و آیینی به گونه ای با خداوند ارتباط دارند، هر چند خودشان متوجه نباشند یا خود را به تجاهل زنند. همه انسان ها در جهانی زندگی می کنند که محضر خداست و گاه و بی گاه به فراخور پاکی باطنشان، آرام و در خفا با خداوندی که از فرط نزدیکی ناپیداست، نجوا می کنند. هر چند این رابطه عمومی و فراگیر در مراتب گوناگون شکل می گیرد و همه انسان ها در یک سطح نیستند.

انسان برای پیمودن راه کمال می بایست هر روز به سطح بالاتر و نزدیک تری از ارتباط با خداوند برسد. همان طور که در روایات نیز این مضمون آمده است که مؤمن نباید ایست و ساکن باشد، بلکه هر روز او

۱- عنکبوت، ۴۵.

۲- بحار الانوار، ج ۸۲، ص ۱۹۸.

باید بهتر از دیروزش باشد و همیشه پیشرفت کند تا به کمال بیشتری برسد.

نماز گزاری مرحله آغازین ارتباط با خداوند است و انس با نماز مرحله ای بالاتر و برتر. نماز بهترین وسیله برای ارتباط با خداست و استفاده بهینه از این وسیله ارتباطی، انس با نماز است. مؤمنِ در سیرِ پیشرفت و صعود به قله قرب الی اللّه می بایست از مرحله ای به مرحله بعد ترقی کند. آن چنان که از مرحله نمازگزاری به مرحله انس با نماز برسد. چنین انسانی لذت عبادت را درک می کند و در راه پرستش پی گیر خواهد بود.

۲. مفهوم شناسی

اشاره

۲. مفهوم شناسی

زیر فصل ها

ریشه واژه نماز

ریشه واژه «صلوه» معانی و کاربردهای آن

واژه «انس»

ریشه واژه نماز

ریشه واژه نماز

واژه فارسی نماز از واژه پهلوی «نِماک» گرفته شده است و آن هم به نوبه خود از ریشه باستانی «نِم» به معنای خم شدن و کرنش است که اندک اندک بر مفهوم صلات یا عبادت ویژه مسلمانان منطبق شده است.(۱)

بر اساس برخی اسناد تاریخی گروهی از ایرانیان تازه مسلمان در سال های حکومت اعراب بر ایران، به جای واژه «صلوه» از کلمه «نِماک» استفاده می کرده اند و هنگام فراخواندن مردم به سوی نماز به جای «الصلوه» واژه «النِّماک» و به جای «حی علی الصلاه» عبارت «بشتابید به

۱- نمازشناسی، ج ۱، ص ۶۵، با استفاده از احکام قرآن، دکتر محمد خزائلی، ص ۳۳۸، انتشارات جاویدان، ۱۳۵۸.

سوی نِماک» را به کار می برده اند.(۱)

با توجه به موارد کاربرد واژه نماز می توانیم برای آن سه معنای کلی در نظر بگیریم:

معنای اول: خدمت و خدمتکاری، اطاعت و فرمانبرداری، سرفرود آوری و تعظیم، سر به زمین نهادن، کرنش و تکریم، اظهار طاعت و بندگی.(۲)

واژه های نماز بردن، در نماز آمدن، به نماز آمدن، در نماز آوردن، به معنای پرستش کردن، عاجزی نمودن، خم شدن، به علامت تعظیم و بندگی و به خاک افتادن به قصد تعظیم در برابر پادشاهی یا بزرگی دیگر به کار رفته است.

خاقانی می گوید:

چون چرخ در رکوع و چو مهتاب در سجود

بُردم نماز آن که مرا زیر بار کرد

معنای دوم: کلمه نماز به معنای پرستش و ادای طاعت ایزد متعال و عرض نیاز به سوی خدای عالمیان است؛ به طریقی که در شریعت پیامبران وارد شده است که در این معنا معاد کلمه «صلوه» است.(۳)

فردوسی با توجه به این معنا سروده است:

چنین گفت امروز شاه از نماز

۱- نمازشناسی، ج ۱، ص ۶۵ .

۲- نمازشناسی، ج ۱، ص ۶۵ .

۳- نمازشناسی، ج ۱، ص ۶۷ .

همانا نیاید به کاری فراز

در شعر فرخی آمده است:

طاعت تو چون نماز است و هر آن کس کز نماز

سر بتابد بی شک او را کرد باید سنگسار

معنای سوم: چون شرط نماز طهارت است و کلمه نماز مفهوم طهارت و پاکیزگی را تداعی می کند، کلمه «نمازی» منسوب به نماز و به معنای دوستدار نماز است؛ هم چنین به معنای پاک و طاهر نیز به کار رفته است. در تعبیر دیگر، نمازی کردن به معنا پاک کردن، شستن، آب کشیدن و غسل دادن است و «نماز کن» به معنای شست وشو کننده به کار می رفته است.(۱)

فرهنگ عمید نماز را چنین معنا کرده است: «پرستش، نیاز، سجود، بندگی و اطاعت، خم شدن برای اظهار بندگی و اطاعت و یکی از فرایض دین، عبادت مخصوص و واجب مسلمانان که پنج بار در شبانه روز به جا می آورند.»(۲)

ریشه واژه «صلوه» معانی و کاربردهای آن

ریشه واژه «صلوه» معانی و کاربردهای آن

بعضی گفته اند کلمه «صلوه» عبری است و در زمان عبرانیان «صلوتا» کُنیه یهودیان است. نولدکه صلوه را از لفظ عربی«صلوها» مشتق می داند و در منابع سریانی الفاظی مشابه و معادل با اقامه صلوه به چشم

۱- نمازشناسی، ج ۱، ص ۷۱.

۲- فرهنگ عمید، ج ۲، ص ۱۹۱۹.

می خورد.(۱)

برخی از متأخران ریشه آن را «آرامی» پنداشته انـد و با پژوهش هایی که به تازگی عمل آمـده است، این احتمال قوّت گرفته که اصل «صـلوه» سریانی است و سپس با جاری شدن آن در زبان جنوب عربستان شاعران آن را در اشعار خود به کار برده اند و بعد از آن اعراب شـمالی، لفظ «صلوه» را از آن ها گرفته اند. در هر حال، پیش از ظهور اسلام، این لفظ به چند معنا از جمله پرستشگاه و نیایش به کار رفته است.(۲)

عده ای دیگر آن را بر گرفته از ماده «صَلی» به معنای راست کردن با آتش دانسته اند.(۳)

در کتاب المسـتطرف درباره اشـتقاق معنوی کلمه «صلوه» آمده است: «در اشتقاق معنوی نام «صلوه» اختلاف کرده و گفته اند: این کلمه از کجـاست؟ گفته شـده از دعا مشـتق است و نام بردن از دعا با کلمه «صـلوه» در کلام عرب معروف است». بنابراین نمـاز را به خـاطر دعاهایی که در آن وجود دارد «صـلوه» نامیـده انـد و گفته انـد نماز از آن جهت که رحمت پروردگار اسـت «صلوه» نامیده می شود.(۴)

و گفته اند: نماز را از آن جهت که مشتمل بر کمک خواهی از

۱- نمازشناسی، ج ۱، ص ۷۳.

۲- نمازشناسی، ج ۱، ص ۷۳.

۳- نمازشناسـی، ج ۱، ص ۷۵. «صَـلی»را در زبـان عرب به معنـای افروختن آتش برای دعوت مهمـان نیز به کار برده انـد و در ادب فارسـی هم دعوت به مهمانی و هماننـد آن را صـلی گفته انـد، برای مثال فلان، صـلای مهمانی در داد. احکام قرآن، ص ۳۳۸ و ۳۳۹

۴- رموز نماز، ص ۲۰۷.

خداست «صلوه» نامیده اند. وقتی عرب می گوید: «صَلَّیْتُ العودَ علی النار» منظورش آن است که «چوب یا عصا را به کمک آتش نرم و راست کردم.»(۱)

در کتاب های لغت «صلوه» به معنای بزرگداشت و کرنش نیز آمده است، چنان که لفظ «نم» در کلمه نماز به همین معناست و گفته اند نماز را از آن رو «صلوه» گفته اند که به معنای بزرگداشت و تعظیم نیز آمده است. چنان که واژه «نم» در کلمه نماز به همین معناست و گفته اند نماز را از آن رو صلوه نامیده اند که پیوند میان بنده و پروردگار است. (لسان العرب)

«صلوه» در قرآن به معانی مختلفی به کار رفته است: دعا،(۲) درود،(۳) آمرزش،(۴) وسیله دعای خیر و آمرزش خواهی،(۵) دین،(۶) و قرآن خواندن در نماز(۷) به کار رفته است.

صلوه آن هنگام که از جانب خدا باشد «رحمت» و آن گاه که از سوی فرشتگان باشد، «آمرزش خواهی» و چون از سوی مردم باشد «دعا»

۱- نمازشناسی، ج ۱، ص ۷۶، به نقل از لسان العرب.

۲- احزاب، ۳۲؛ توبه، ۱۰۱.

۳- بقره، ۱۵۷.

۴- بقره، ۱۵۷.

۵- توبه، ۹۷.

۶- هود، ۸۷ .

۷- بنی اسرائیل، ۱۱۰.

است.(۱)

در این جا باید گفت دادن تعریفی جامع و کامل از نماز بسیار دشوار است، چون نماز در زندگی، مرگ و بعد از مرگ انسان تأثیرات زیادی دارد؛(۲) و در چگونگی روند حیات اجتماعی بسیار مؤثّر است.(۳) نمازها بسیار متعدد و متنوع هستند.(۴) در تمام ادیان و جوامع و در همه زمان ها نماز با تفاوت های کمّی و کیفی وجود داشته است.(۵) با این توضیح ها شاید بتوان تعریف زیر را ارایه کرد:

نماز فعالیّتی عبادی و مشروط به طهارت است که مشتمل بر نیت، قیام، قرائت، رکوع و سجود و تشهد و سلام است و در صورت حضور قلب فضایل اخلاقی را در پی دارد و با تأکید بر درون انسان خود حقیقی او را به سوی کمال مطلوب سوق می دهد و بیانگر جهان بینی اسلامی است.

واژه «انس»

واژه «انس»

فرهنگ عمید واژه انس را چنین معنا می کند: «خو گرفتن، خو گرفتگی، همخویی، همدمی، خرّمی، ضد وحشت».(۶)

معجم الوسیط نیز واژه انس را چنین معنا کرده است: «سُکنا و

۱- نمازشناسی، ج ۱، ص ۷۶.

۲- نک: «آثار نماز در دنیا، برزخ و قیامت».

۳- نک: نماز و جامعه شناسی.

۴- نک: نمازهای مستحبی.

۵- رابرت ا.هیوم، ادیان زنده جهان، ترجمه: دکتر عبدالکریم گواهی، ص ۲۰.

۶- فرهنگ فارسی عمید، ج ۱، ص ۲۴۸.

آرامش، از بین رفتن وحشت، فرح و خوشحالی، لطف»(۱)

هم چنین فرهنگ لاروس واژه انس را «آرامش، شادمانی، کشش»(۲) معنا کرده است. فرهنگ نوین چنین بیان می کند: «انس: خوش معاشرتی، خوش مشربی، دوست داشتن.»(۳) المنجد: «دانستن، دیدن و درک کردن» را معانی واژه انس می داند.(۴)

دهخدا انس را «خو گرفتن، آرام یافتن به چیزی و بی پژمان شدن»(۵) می داند.

۳. پیشینه تاریخی

اشاره

۳. پیشینه تاریخی

پیش از خلقت انسان ملایکه و جن خداوند را عبادت می کردند و با سجده در مقابل قدرت و عظمتش همواره او را تسبیح می گفتند: با آفرینش انسان تحوّل بزرگی در روند عبادت و کُرنش کاینات و آفریده ها در برابر خداوند ایجاد شد؛ زیرا این بار قرار بود موجودی در راه عبادت خدا امتحان شود که مانند ملایکه امر پرستش را محقق نمی کرد، بلکه موجودی کاملاً آزاد و مختار بود که در راه پرستشِ قدرت برتر هستی با موانع درونی و بیرونی بزرگی روبه روست و می تواند با پشت سر گذاشتن این موانع به مقامی بس بالاتر از ملایکه دست یابد. عبادت و حس پرستش انسان از این جهتِ مهم در خورِ توجه بود که او

۱- معجم الوسیط، ج ۱، ص ۲۹.

۲- فرهنگ لاروس، ج ۱،ص ۳۴۸.

۳- فرهنگ نوین، ص ۴۱.

۴- المنجد، ص ۱۹.

۵- لغت نامه دهخدا، ج ۳، ص ۳۵۴۷.

می توانست عبـادت نکنـد و عوامـل بازدارنـده ای او را به طغیـان در مقابل خالق یکتا دعوت کنـد و اگر انسان می خواست به سعادت ارزشـمند ابـدی دست یابد، می بایست با اراده پولادین و عقل راه گشایش و به کمک وحی از این مسـیر دشوار عبور کنـد و چنین شـد که موقعیت انسان در مسـیر عبادت، خیلی حساس و ظریف و سـرنوشت ساز تلقی گردیـد. چون پای بر روی کره خاکی نهاد، مأمور به طاعت و بندگی شد و در پیشگاه خداوند به نماز ایستاد. از همان آغاز داستانِ عبادت، نماز به عنوان کامل ترین و بارزترین و کارآمدترین ابزار سعادت بشر خودنمایی کرد و در تمام ادیان پیامبران الهی آن را توصیه کردند. با آن که در هر یک از ادیان، نماز به شکل های مختلف و در زمان ها و مکان های متفاوت بر پا می شده است، ولی در نفس نمازگزاردن تمام ادیان وجه اشتراک داشته اند. به این ترتیب، از همان روز که خدای متعال برای هدایت انسان و نجات او در دنیا و آخرت پیامبرانی از سوی خود فرستاد، نماز را در زمره دستورهای خویش مقرر فرمود و آن را بهترین تکلیف برای بندگی بشر برشمرد. با توجه به اینکه نماز برای عبادت و مناجات بشر با خداوند است، نمازی که بدون انس و حضور قلب باشد و تنها در آداب ظاهری آن خلاصه شود، اثری در روح انسان ندارد و از همان روزی که نماز در برنامه نیایش بشر قرار گرفت، عنصر بنیادینِ انس در آن نهفته شده بود. بنابراین هر دینی که پیرو خود را به نماز فرا می خواند، نمازِ با حضور را مد نظر دارد و در هیچ یک از مکتب های الهی نمازی که فقط در آداب ظاهری خلاصه شود، امتیازی برای نمازگزار محسوب نمی شود.

چون در تمـام ادیـان هـدف از نمـازگزاری رسـیدن به مرحله انس با نماز است، تاریخچه نماز را نمی توان جـدای از تاریخچه انس در نظر گرفت.

نماز در ادیان وحیانی

اشاره

نماز در ادیان وحیانی

زیر فصل ها

نمازگزاری در آیین زرتشت

نمازگزاری در آیین زرتشت

نماز یکی از ارکان مهم آیین زرتشت است و زرتشتیان در راه دین داری و رسـیدن به کمال به برپایی نماز امر شـده انـد. نماز زرتشتیان بسـیار شبیه نماز مسلمانان بوده است که در پنج نوبت باید همراه با دعاهای مخصوص ادا می شد. هم چنین مقدماتی برای انجـام این مراسم عبـادی دارنـد که به مقـدمات نمـاز در اسـلام بی شـباهت نیست. در کتاب دیانت زرتشتی آمـده است: «زرتشتی ها هر ۲۴ ساعت را به ۵ دوره یا گاه تقسـیم می کننـد و آداب مـذهبی تابع این «پنج گاه» است. بر هر زرتشتی مومن فرض است که در هر یک از پنج دوره ادعیه و مناجات های خاص بخواند.(۱) جان ناس در تاریخ جامع ادیان خود می گوید: افراد زرتشتی در هر وقت روز بخواهنـد می توانند به تنهایی به درون آتشـکده بروند و قبل از ورود به معبد دست و روی خود را با آب شسته...»(۲)

سرگرد لورنـگ که خود یک زرتشتی است شـرایطی را برای نماز زرتشتیان ذکر می کنـد که بی شـباهت به مقـدمات نماز در اسلام نیست که عبارت اند از:

۱. پاک بودن تن از هر گونه کثافت و نجاست؛

۱- آیینه. آیین مزدیسنی، ص ۴۱، دیانت زرتشتی مقاله از مری بویس، ص ۱۵۵.

۲- جان ناس، تاریخ جامع ادیان، ص ۴۸۱.

۲. پاک بودن لباس از هر گونه پلیدی؛

۳. شستن دست و صورت که همان وضو باشد؛

۴. پاک بودن جای نماز از هر گونه پلیدی و فساد؛

۵. غصبی نبودن محل نماز.(۱)

شباهت عجیب تر این که در صورت نبودن آب به جای وضو، باید تیمم کنند.

در بخش های مختلف اوستا پیروان زرتشت بر انجام نماز ترغیب و تشویق شده اند.(۲) البته نه نمازی که فاقد روح و انس قلب باشد.(۳)

نمازگزاری در آیین یهود

نمازگزاری در آیین یهود

برای بررسی نماز در آیین یهود از سه منبعِ قرآن و روایات، تورات یا عهد عتیق و نویسندگان و مورخان صاحب نظر، مطالبی را نقل می کنیم.

حضرت موسی (ع) از همان آغاز رسالتش از سوی خداوند، به برپایی نماز مأمور می شود. وقتی حضرت موسی (ع) با همسرش از مدین عازم مصر می شود و در تاریکی و ظلمت شب نوری را در کنار طور مشاهده می کند و چون به سوی آن می رود تا شعله ای را از آن برگیرد و به سوی خانواده اش بازگردد، ندا می آید که: «اِنَّنی أَنا اللّه لا اله اِلّا أنا فَاعْبُدنی و اَقِمِ الصلوهَ لِذِکْری؛ همانا من اللّه هستم و معبودی جز من نیست. پس مرا عبادت کن و نماز را

۱- یکتا پرستی در ایران باستان، ص ۳۴۲.

۲- سرود یکم اوستا یسنه هات ۲۸ آیه اول اوستا، ۱، ۷؛ هات ۵۴ آیه اول (اوستا، ۱، ۲۱۵)؛ هات ۶۸ آیه ۲۲ و ۲۴ (اوستا، ۱، ۲۵۶)؛ دفتر سوم. یَشتْها، مهریَشْت کرده هشتم آیه ۳۱ (اوستا، ۱، ۳۶۰)؛ قسمت پنج نیایش (اوستا، ۲، ۵۵۹ و ۵۹۰).

۳- آیینه، آیین مزدیسنی، ص ۴۵.

برای یاد من به پادار...» (طه: ۱۴) این آیه علاوه بر نمازگزاری بر انس و حضور قلب و نماز در آیین یهود دلالت دارد. در آیه شریفه خداوند از آن رو خطاب به موسی می فرماید: «نماز را برای یاد من به پا دار» که برپاداشتن نماز برای خدا با نماز بدون روح که همراه انس و حضور قلب نیست منافات دارد. این آیه بر نمازگزاری همراه با انس، در آیین یهود دلالت دارد. در منابع معتبر و اصیل دینی یهود نیز بر این موضوع تأکید شده است.(۱)

حضرت موسی (ع) در تداوم رسالت الهی خود با برادرش هارون (ع) به برپایی نماز امر می شود. آیه شریفه می فرماید: «أوصینا الی موسی و أخیه... و اقیموا الصلاه؛ به موسی و برادرش وحی کردیم... و نماز بگذارید.»(۲) هم چنین در آیه ۷۷ سوره بقره ضمن اشاره به پیمانی که از بنی اسرائیل گرفته شده، نماز را به عنوان یکی از ارکان و مواد این پیمان برشمرده است.

یهودیان نمازشان دارای مقدّمات خاصّی است؛ از جمله این که در حال جنابت نمی توان نماز خواند و بدن و لباس باید از هر گونه کثافت و پلیدی پاک باشد و دست ها و صورت را باید شسته و به سمت بیت المقدس، با خضوع و خشوع نماز را بر پا داشت.(۳) یهودیان برای نماز

۱- گنجینه تلمود، بخش ایمان و علو نماز، ص ۱۰۰ به نقل از یواموت، ۶۴ الف؛ گنجینه تلمود ص ۱۰۲، به نقل از تعنیت، ۸ الف؛ کتاب مقدس عهد عتیق ۱۱۹۳، مراثی ارمیاء باب سوم آیه ۴۱؛ گنجینه تلمود، ص ۱۰۲ به نقل از براخوت باب ۲۸ ب؛ گنجینه تلمود ص ۱۰۴ به نقل از مشینا آووت، ۲ : ۱۸.

۲- یونس: ۸۷ .

۳- اصل و نسب و دین های ایرانیان باستان، ص ۳۸۸.

باید طاهر باشند؛ یعنی وضو بگیرند یا غسل کنند.(۱) در آیین یهود نیز، مانند اسلام، نماز به صورت جماعت هم برپا می شود.(۲)

در روایات نیز به جایگاه ممتازِ نماز در آیین یهود اشاره شده است. در برخی روایات از نماز به عنوان پیمان محکم(۳) آیین یهود یاد می شود. امام علی (ع) حضرت موسی (ع) را به خاطر نماز خواندن و گونه بر زمین نهادن به هنگام نماز به عنوان هم سخن با خود برمی گزیند(۴) و در حدیث دیگر، از مباهاتِ خداوند نزد فرشتگان به واسطه نمازگزاری در آیین یهود سخن به میان آمده است.(۵) از مجموع این روایات می توان دریافت که نماز یکی از فرمان هایی بوده است که از سوی خداوند بر حضرت موسی (ع) و قومش ابلاغ شده است.

در کتاب مقدّسِ یهود در مورد اصل وجوب(۶) اهمیت نماز و دعا،(۷) چگونگی برپایی نماز،(۸) و مکان(۹) و زمان نماز(۱۰) مطالبی بیان شده است.

۱- وسایل الشیعه، ج ۱، ص ۱۷۰.

۲- گنجینه تلمود، ص ۱۰۳؛ کتاب اشعیاء بنی باب ۵ آیه ۲؛ کتاب مقدس عهد عتیق ۱۰۷؛ کتاب ارمیاء بنی باب ۱۲ آیه ۴؛ کتاب مقدس، عهد عتیق ۱۱۱۴.

۳- تحف العقول، ۴۹۲.

۴- بحارالانوار، ج ۱۳، ص ۸ .

۵- لئالی الاخبار، ج ۴، ص ۵.

۶- کتاب مقدس، عهد عتیق شماره ۳۸۳؛ سفر تکوین باب ششم آیه ۱۳.

۷- گنجینه تلمود، ص ۱۱ به نقل از براخوت، ۳۲ ب.

۸- کتاب اشعیاء، فصل ۴۵، آیه ۲۴؛ اقامه الشهود فی ردالیهود منقول رضایی ص ۱۵۸.

۹- کتاب مقدس، عهد عتیق ۱۱۱۴، کتاب ارمیاء نبی، باب ۱۲ باب ۴/کتاب مقدس، عهد عتیق ۱۰۷، کتاب اشعیاء نبی باب ۵۰، آیه ۲.

۱۰- کتاب مقدس، عهد عتیق ۸۷۱، کتاب مزامیر باب ۵۵ آیه ۱۸؛ اصل و نسب و دین های ایرانیان باستان، ص ۳۸۸.

نمازگزاری در آیین مسیحیت

نمازگزاری در آیین مسیحیت

در شریعت عیسی (ع) برپایی نماز از واجبات مهمی است که خداوند، در همان آغاز تولد به ایشان توصیه کرد. اوّلین کلماتی که حضرت عیسی پس از تولد در جمع مردم حیرت زده بیان کرد، در مورد نماز بود. قرآن می فرماید: حضرت عیسی (ع) چنین گفت:

اِنّی عبدُاللّه آتانِیَ الکِتابَ وَ جَعَلَنی نَبیّا وَ جَعَلَنی مُبارَکا اَیْنَ ما کُنتُ وَ اَوْصانی بِالصّلاهِ وَ الزَکاهِ مادُمْتُ حَیّا (مریم: ۳۰)

من بنده خدا هستم. خداوند به من کتاب داده و مرا پیامبر قرار داده است مرا مایه برکت قرار داد هر کجا که باشم و تا زنده ام به نماز و زکات سفارش کرد.

قرآن در توصیف مریم (س) ــ مادر حضرت عیسی (ع) ــ نیز پس از این که او را به خاطر ایمان، تقوا و پاکدامنی برگزیده زنان جهان نام می نهد، خطاب به او می فرماید:

یا مریمُ اقْنُتی لِرَبِکِّ وَ اسْجُدی وَ ارْکَعی مَعَ الراکِعینْ (آل عمران: ۴۲)

ای مریم برای پروردگارت خضوع کن و سجده به جا بیاور و با رکوع کنندگان رکوع کن.»

در روایات نیز بیان شده که حضرت عیسی (ع) در توصیه های شان به حواریّون، از نماز به عنوان شرافتمندانه ترین عمل اخروی و بهترین یاری دهنده در فراز و نشیب های زندگی دنیوی یاد کرده است و در آن یاران

خود را به پی گیری این فریضه الهی فرمان داده اند.(۱)

در مجموع از آیات و روایات این گونه برمی آید که در مسیحیت نماز از دستورات ضروری و واجبات با اهمیّتی است که حضرت عیسی (ع) مردم را به برپایی آن تشویق کرده است.

نمازگزاری در قاموس کتاب مقدس

نمازگزاری در قاموس کتاب مقدس

قاموس کتاب مقدس، نماز را در مسیحیت چنین معنا می کند: «مقصود از نماز، گفت و گو کردن و صحبت داشتن با خدا و خواستن احتیاجات و اظهار تشکر و امتنان برای الطاف و مراحم حق تعالی می باشد.»(۲) با این حال، بسیاری از مسیحیان معتقدند که چگونگی نظم و ترتیب و انجام عباداتی چون روزه و نماز به صورت اختیاری توسط شخص به جا آورنده تعیین می شود.(۳) نمازِ «متفق علیه» نمازی است که حضرت مسیح به حواریّون یاد داد.(۴) در این نماز وضعیت نمازگزار مهم نیست و فرقی ندارد که نمازگزار ایستاده یا نشسته باشد؛ در حال سجده یا رکوع و چشمانش بسته یا باز باشد.(۵) البته مسیحیان در روز یکشنبه نماز ویژه همان روز را دارند.(۶) گفتنی است که در مسیحیت نیز، نمازی ارزشمند

۱- تحف العقول / ۵۰۸.

۲- قاموس کتاب مقدس، ۸۸۷ .

۳- مقارنه الادیان /۲/۱۷۹.

۴- کتاب مقدس، عهد جدید/ ۸ .

۵- قاموس کتاب مقدس، ص ۳۸۴.

۶- انیس الاعلام، ج ۳، ص ۳۲۰ .

تلقی می شود که همراه حضور قلب و انس باشد.(۱)

از مجموع آنچه گفته شد می توان نتیجه گرفت که نماز در آیین مسیحیت نیز یک فریضه است؛ هر چند اختلاف ها و حتّی تناقض هایی در کتاب مقدس دیده می شود. برای مثال در بخشی از کتاب مقدس اصرار و تکرار در استجابت موثر است،(۲) ولی در قسمتی دیگر از آن نهی شده و نماز و دعای مختصر بدون تکرار را تأیید می کند.(۳)

نماز در دیگر ادیان الهی نیز جایگاه خاصی داشته و دیگر پیامبران الهی نیز در مورد نماز احکام خاصی را تبیین کرده و آن را به پا داشته اند. از جمله این پیامبران می توان به این بزرگان اشاره کرد: آدم،(۴) نوح،(۵) ادریس،(۶) ابراهیم،(۷) اسماعیل،(۸) اسحاق(۹) و یعقوب،(۱۰) داوود،(۱۱)

۱- قاموس کتاب مقدس، صص ۳۸۴ و ۳۸۵.

۲- انجیل لوقا، باب ۱۸، شماره یک تا هشت؛ کتاب مقدس، عهد جدید، ص ۱۲۶؛ انجیل لوقا، باب ۱۱، شماره ۵ تا ۱۱ و ۳۹ و ۴۲ و ۴۴؛ کتاب مقدس، عهد جدید، ۱۱۱، ۱۱۲ و ۸۱ .

۳- انجیل متی، باب ۶، شماره ۷ و ۸؛ من وحی المسیح، ص ۱۱۸؛ قاموس کتاب مقدس، ص ۳۸۴؛ کتاب مقدس، عهد جدید، ۱۱۱.

۴- تفسیر قمی، ج ۱، ص ۳۷ و ۳۸. وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۹ و ۱۰؛ بحارالانوار، ج ۱۱، ص ۲۶۰.

۵- بحارالانوار، ج ۱۱، ص ۳۳۱.

۶- بحارالانوار، ج ۱۱، ص ۲۸۰.

۷- ابراهیم، ۳۷ و ۴۰.

۸- مریم، ۵۴.

۹- انبیاء، ۷۱ و ۷۲.

۱۰- انبیاء، ۷۱ و ۷۲.

۱۱- بحارالانوار، ج ۱۴، ص ۱۶.

سلیمان،(۱) یونس،(۲) شعیب،(۳) زکریا،(۴) لقمان،(۵) لوط،(۶) ایوب،(۷) خضر،(۸) ذوالکفل،(۹) صالح،(۱۰) شیث.(۱۱)

نماز و ادیان غیر وحیانی

نماز و ادیان غیر وحیانی

چون خداجویی در انسان فطری است، بشر در طول تاریخ در پی پرستش و عبادت معبود مورد نظر خود بوده است. با کمی دقت در می یابیم که مسأله نیایش به ویژه نماز به ادیان وحیانی اختصاص نداشته است. چنان که تبّتیان آن گاه در صومعه جشن می گیرند، نماز می خوانند(۱۲) و نیایش می کنند.(۱۳) درباره کنفسیوس آمده که نماز می خوانده است.(۱۴) ایرانیان باستان نیز در دوره پارت ها و ساسانیان نمازی شبیه به نماز مسلمانان داشته اند و حتی قبل از نماز وضو می گرفته اند. برخی از آن ها

۱- بحارالانوار، ج ۹۸، ص ۹۲؛ فلاح السائل، ص ۲۲؛ سفینه البحار، ج ۲، ص ۴۴.

۲- مجمع البیان، ج ۷ و ۸، ص ۱۶۶؛ تفسیرالقرطبی، ج ۱۵، ص ۱۲۳.

۳- هود، ۸۹ ؛ الجامع لاحکام القرآن تفسیر قرطبی، ج ۹، ص ۸۷ ؛ مجمع البحرین طریحی، ج۲، ص ۲۳۰.

۴- آل عمران، ۳۷.

۵- لقمان، ۱۷.

۶- انبیاء، ۷۳.

۷- بحارالانوار، ج ۱۲، ص ۳۵۸.

۸- بحارالانوار، ج ۱۳، ص ۳۳۰.

۹- بحارالانوار، ج ۱۲، ص ۴۰۷.

۱۰- بحارالانوار، ج ۱۱، ص ۳۸۳.

۱۱- بحارالانوار، ج ۱۱، ص ۲۶۳.

۱۲- تاریخ جامع ادیان، ص ۲۴۶، ۲۴۷ و ۲۷۰.

۱۳- تاریخ جامع ادیان، ص ۴۲۷.

۱۴- ذیل الملل و النحل شهرستانی، ص ۲۱؛ تاریخ جامع ادیان، ص ۳۸۸.

در شبانه روز چهار نوبت نماز و برخی سه نوبت نماز می خوانده اند.(۱) یونانیان باستان به وسیله نماز از خشم خدایان ایمنی می یافتند و یاری آن ها را جلب می کردند.(۲) حتی اعرابِ بت پرست شبه جزیره عربستان پیش از ظهور اسلام در حریم کعبه نماز می خواندند. قرآن نماز آن ها را این گونه توصیف می کند: «وَ ما کانَ صَلاتُهُم عِنْدَ الْبیت اِلا مُکأا و تَصدیهً؛ نماز آن ها در کنار خانه خدا چیزی جز سوت کشیدن و کف زدن نبود.» (انفال: ۳۵)

۴. نمازگزاری و انس با نماز از نگاه روایات

اشاره

۴. نمازگزاری و انس با نماز از نگاه روایات

در مورد نمازگزاری و انس و حضور قلب در نماز روایات زیادی نقل شده است. در اینجا برای اختصار و انسجام، مطالب را در چند بخش بیان می کنیم.

اسرار نماز

اسرار نماز

نماز در پیشگاه خدا(۳) وسیله تقرب به او(۴) و رحمت الهی(۵) است و

۱- اصل و نسب و دین های ایرانیان باستان، ص ۴۵۱ و ۲۶۳ و ۴۵۳؛ آثار الباقیه عن القرون الخالیه، ص ۲۰۶؛ ملل و نحل شهرستانی، ج ۲، ص ۵۷.

۲- تاریخ تمدن ویل دورانت، ج ۱، ص ۲۲۸.

۳- قال الصادق (ع): «و اعلم انک بینَ یَدَیْ یَراک و لا تَراه؛ بدان که تو در پیشگاه خداوندی هستی که تو را می بیند، ولی تو او را نمی بینی.» بحارالانوار، ج ۸۳، ص ۱۱؛ ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۵۷، ثواب الصلاه، ح ۲؛ وسایل الشیعه، ج ۴، ص ۶۸۵، کتاب الصلاه، باب ۲.

۴- قال علی (ع): الصلاهُ قربانُ کلِ تقیٍّ؛ نماز خواندن وسیله نزدیکی به خدا است برای هر شخص پرهیزکار» میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۶۷؛ بحارالانوار، ج ۱۰، ص ۹۹.

۵- غرر الحکم، ص ۲۶۱.

قلب(۱) و خانه(۲) را نورانی می کنـد. چون وقتی انسان در نماز است، اندام و لباسـش و هر چه اطراف او هسـتند، به ذکر خدا مشغول می شوند.(۳) سـجده نزدیک ترین تقرب به خـداست،(۴) از این رو، در حـدیث است که سـجده طولانـی انسـان را از عذاب نجات می دهد.(۵) همـان طور که رکوع کامل، انسان را از وحشتِ قبر رها می کنـد.(۶) بـا این وجود، می توان فهمید که چرا امتحان شیعه در مراقبتِ نماز محقق می شود.(۷)

خشوع از آداب انس، حضور قلب و زینت نمـاز است.(۸) انس با نماز سـبب بخشش گناه(۹) و قبولی نماز می شود.(۱۰) ائمه (ع) نیز نمازی با انس و حضور قلب به جا می آوردند.(۱۱)

ترک نماز

ترک نماز

۱- قال رسول اللّه صـلی الله علیه و آله : «صلاه الرجل نورٌ فی قلبه فَمَنْ شاء مِنکم فَلْیُنَوِّر قلبَه؛ نماز هر کس نوری در دل اوست، پس هر کس نماز را اراده کرد، قلبش را نورانی کند.» کنزالعمال، ج ۷، ح ۱۸۹۷۳.

۲- قال رسول اللّه صـلی الله علیه و آله : «نَوِّر و ا منازلَکم بالصـلاه؛ با نماز خانه هایتان را نورانی کنیـد.» کنز العمال، ج ۱۵، ص ۳۹۲، ح ۴۱۵۱۸.

۳- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۷۷؛ بحار الانوار، ج ۸۲، ص ۲۱۳.

۴- قال الصادق (ع): «اقرب ما یکون العبد الی اللّه و هو مساجدٌ؛ نزدیک ترین حالات بنده به خدا سجده است.» ثواب الاعمال، ص ۶۰ .

۵- غرر الحکم، ص ۱۷۵، ح ۳۳۵۳.

۶- مواعظ العددیه، ص ۲۴۳.

۷- قرب الاسناد، ص ۵۲؛ بحارالانوار، ج ۸۰، ص ۲۳.

۸- قال رسول اللّه : «الخشوع زینه الصلاه؛ خشوع زیور نماز است.» بحار الانوار، ج ۷۷، ص ۱۳۱.

۹- بحار الانوار، ج ۸۴، ص ۲۴۹.

۱۰- بحار الانوار، ج ۸۴، ص ۲۴۲.

۱۱- بحار الانوار، ج ۸۴، ص ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۵۳ و ۲۵۸؛ میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۸۱ و ۳۸۲.

ترک نماز سبب انهدام دین(۱) و تباه شدن عمل می گردد(۲) و فاصله بین کفر و ایمان، ترک نماز است(۳) و ترک کننده نماز اهل آتش است(۴) و از امان خدا و رسولش دور خواهد بود.(۵) هم چنین در روایات از سهل انگاری و بی رغبتی به نماز نهی شده است.(۶) از این رو، نمازگزاری که نماز را ترک نکرده، ولی نسبت به نماز بی توجهی می کند و آن را سبک می شمارد از شفاعت ائمه محروم است.(۷)

آداب و مستحبات نماز

آداب و مستحبات نماز

در تشریح اهمیت و ضرورت رعایت آداب و مستحبّاتِ نماز، در روایات نیز گفته شده است: «کسی که آداب نماز را رعایت کند، مؤمن

۱- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «من ترک صلاته متعمدا فقد هدم دینَه؛ هر کس عمدا نمازش را ترک کند، دینش را منهدم کرده است.» بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۰۲؛ میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۰۲.

۲- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «من ترک صلاته حتی تفوته من غیر عذر فقد حبط عمله؛ هرکس نمازش را بدون عذر نخواند تا وقتش بگذرد، عملش تباه شده است.» بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۰۳؛ میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۰۳.

۳- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله :«بین العبد و بین الکفر ترک الصلاه؛ فاصله کفر و بندگی، ترک نماز است.» بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۰۲ / میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۰۳.

۴- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «من ترک الصلاه متعمدا کتب اسمه علی باب النار ممن یدخلها؛ هر کس عمدا نمازش را ترک کند، بر درب جهنم نامش از دوزخیان نوشته می شود.» کنز العمال، ج ۷، ح ۱۹۰۹۰.

۵- جامع احادیث الشیعه، ج ۴، ص ۷۵.

۶- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۹۸؛ بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۳۱؛ بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۵۳ و ص ۲۳۶؛ محجه البیضاء، ج ۱، ص ۳۴۱؛ تهذیب الاحکام، ج ۱، ص ۲۰۴؛ میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۰۶.

۷- قال الصادق (ع): «لا ینال شفاعتُنا مَنِ استَخَفَّ بالصلاه؛ هر کس نماز را سبک بشمارد به شفاعت مادست نخواهد یافت.» فروع کافی، ج ۳، ص ۲۷۰، ح ۱۵.

است.»(۱) «پوشیدن لباس تمیز»،(۲) «مسواک زدن»،(۳) «استفاده از عطر»،(۴) «نماز خواندن در مسجد»،(۵) «قنوت طولانی»،(۶) «اذان و اقامه»،(۷) «صلوات در رکوع و سجود»،(۸) «نماز در اول وقت»،(۹) «دعا بعد از نماز»(۱۰) و «سجده بر تربت حضرت سیّدالشهداء»(۱۱) از مستحبّات نماز است.

نمازگزاری خردسالان و جوانان

نمازگزاری خردسالان و جوانان

عبادت در جوانی بسیار با ارزش است.(۱۲) عبادت در کودکی مقدمه و تمرینی برای جوانی است. در روایات آمده است که کودکان را با نماز(۱۳) و اذان(۱۴) آشنا کنید و در سن ۷ سالگی آن ها را به نماز خواندن فرا

۱- کنز العمال، ج ۷، حدیث ۱۸۸۷.

۲- وسایل الشیعه، ج ۲، ص ۳۴۶.

۳- سفینه البحار، ج ۱،ص ۶۷۵ .

۴- مکارم الاخلاق، ص ۴۲؛ ثواب الاعمال صدوق، ص ۹۴.

۵- نماز در آیینه حدیث، عباس عزیزی، ص ۵۹.

۶- ثواب الاعمال، ص ۵۹.

۷- ثواب الاعمال، ص ۵۸.

۸- ثواب الاعمال، ص ۶۱ .

۹- محجه البیضاء، ج ۱، ص ۳۵۰؛ کنزالعمال، ج ۷، ح ۱۹۰۳۶؛ وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۷۸ و ۸۸ ؛ بحارالانوار، ج ۷۴، ص ۸۵ ؛ وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۹۰؛ نهج البلاغه فیض، نامه ۲۷، ص ۸۸۸ .

۱۰- دعائم الاسلام، ج ۱، ص ۱۶۵؛ بحارالانوار، ج ۸۵، ص ۳۲۶ و ۳۲۴ و ۳۲۰؛ مستدرک الوسائل، ج ۱، ص ۳۳۶؛ روضه المتقین، ج ۱۲، ص ۳۸؛ بحارالانوار، ج ۸۸، ص ۴.

۱۱- بحارالانوار، ج ۱۰۱، ص ۱۳۵.

۱۲- مکارم الاخلاق، ص ۴۶۶.

۱۳- قال علی (ع): «عَلِّموا صِبیانَکم الصلاه؛ نماز را به فرزندانتان بیاموزید.» جامع احادیث الشیعه، ج ۴، ص ۴۶.

۱۴- الکافی، ج ۳، ص ۳۱۱.

بخوانید.(۱) کودکان در صفوف نماز جماعت می توانند شرکت کنند و نباید با آن ها بدرفتاری شود.(۲)

نماز مستحبی

نماز مستحبی

خواندن نمازهای مستحبی از ویژگی شیعیان است(۳) و انسان را به خدا نزدیک می کند تا محبوب خداوند شود.(۴) نوافل، نواقص نمازهای واجب را بر طرف می کند.(۵) البته نمازهای مستحبی باید از روی میل و رغبت نفس اقامه شوند، نه با اجبار و اکراه.(۶)

نماز شب

نماز شب

نماز شب، شرفِ مؤمن(۷) نشانه شیعه(۸) و چراغی در تاریکی قبر است(۹) و جبرئیل همواره پیامبر صلی الله علیه و آله را به آن فرا می خوانده است.(۱۰) از این

۱- سفینه البحار، ج ۲،ص ۲۵.

۲- تهذیب الاحکام، شیخ طوسی، ج ۲، ص ۳۸۰.

۳- صفات الشیعه، ص ۴۳۶.

۴- اصول کافی، ج ۱، ص ۳۵۲؛ تحف العقول، ص ۲۹۷.

۵- بحار الانوار، ج ۸۷، ص ۲۸.

۶- مستدرک الوسائل، ج ۱، ص ۱۷۷.

۷- قال الصادق (ع): «شرف المؤمن صلاته باللیل؛ شرف مؤمن به نماز شب اوست». بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۱۴۱.

۸- قال الصادق (ع): «لیس من شیعتنا من لم یُصَلِّ صلاةَ اللیل؛ کسی که نماز شب نخواند از شیعیان ما نیست». بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۱۶۲.

۹- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «صلوه اللّیل سراجٌ لصاحبها فی ظلمه القبر؛ نماز شب برای نمازگزار، چراغی در تاریکی قبر است». بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۱۶۱.

۱۰- بحارالانوار، ج ۷۶، ص ۳۳۳.

رو کسی که نماز شب را ترک کند ضرر کرده است.(۱) نماز شب سبب گشایش روزی،(۲) زیبایی چهره،(۳) تندرستی،(۴) ریزش گناهان،(۵) تقرب الهی(۶) و نجات از وحشت قبر(۷) است. و گناه سبب محرومیت از نماز شب می شود.(۸)

در مورد اهمیت(۹) و فلسفه(۱۰) نماز جماعت، هم چنین اهمیت(۱۱) و ثواب(۱۲) نماز جمعه و جایگاه مسجد نیز روایاتی به چشم می خورد.(۱۳)

نماز از نگاه قرآن

نماز از نگاه قرآن

قرآن نماز را از برنامه های یک حکومت الهی(۱۴) و از ویژگی های

۱- بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۱۴۶.

۲- علل الشریع، ص ۳۶۳؛ میزان الحکمه ج ۵، ص ۴۲۱؛ بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۱۹۵؛ نهج الفصاحه، ص ۵۸۰.

۳- علل الشریع، ص ۳۶۳.

۴- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۲۱، تفسیر صافی، ص ۲۶۵؛ ثواب الاعمال، ص ۹۶.

۵- ثواب الاعمال، ص ۱۰۰.

۶- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «اِنَّ قیام اللّیل قربهٌ الی اللّه ؛ بیداری شب به عبادت انسان را به خدا نزدیک می کند» بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۱۲۲.

۷- بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۱۶۰.

۸- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۲۲؛ بحار الانوار، ج ۸۳، ص ۱۲۷.

۹- وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۳۷۵ و ۳۷۴؛ ج ۳، ص ۳۷۷؛ امالی شیخ صدوق، ص ۲۹۰.

۱۰- وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۳۷۲.

۱۱- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۲۷؛ قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «الجمعه حج المساکین؛ نماز جمعه حجِّ فقراست»؛ مستدرک الوسائل، ج ۶، ص ۷؛ وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۶؛ مستدرک الوسائل، ج ۸، ص ۴۰۷.

۱۲- وسائل الشیعه، ج ۵، ص ۳ و ص ۱۱؛ کنز العمال، حدیث ۲۱۰۸۸، و ح ۲۱۱۷۳.

۱۳- میزان الحکمه، ج ۴، ص ۳۹۴؛ مستدرک الوسائل، ج ۳، ص ۳۶۳ و ص ۴۴۷. نهج الفصاحه، ح ۱۷۳۱؛ شهاب الاخبار، ص ۲۷.

۱۴- حج، ۴۱.

مؤمنان،(۱) متّقین(۲) و محسنین(۳) معرفی می کند و آن را نشانه ایمان می داند.(۴) از دیدگاه قرآنی، نمازگزاران، کسانی هستند که در همه اوقات جایگاه نماز را پاس می دارند.(۵)

پی آمدهای نماز

پی آمدهای نماز

نماز از آن رو بازدارنده از بدی است(۶) و گناهان را محو می کند(۷) که رستگاری(۸) و یاد خدا را به همراه دارد.(۹) قرآن، سجده را راه تقرّب به خدا می داند(۱۰) و به انسان توصیه می کند از نماز کمک بگیرد؛(۱۱) امری که جز برای فروتنان دشوار به نظر می رسد.(۱۲) و مؤمنان را کسانی توصیف می کند که در نمازشان خاشع اند؛(۱۳) یاد خدا را مایه آرامش دل ها(۱۴) و

۱- توبه، ۷۱.

۲- بقره ۳.

۳- لقمان، ۲ تا ۴.

۴- ابراهیم، ۳۱.

۵- معارج، ۳۴.

۶- عنکبوت، ۴۵.

۷- هود، ۱۱۴.

۸- اعلی، ۱۴ و ۱۵.

۹- طه، ۱۴.

۱۰- علق، ۱۹.

۱۱- بقره، ۱۵۲.

۱۲- بقره، ۴۵.

۱۳- مؤمنون، ۱ و ۲.

۱۴- رعد، ۲۸.

موجب رستگاری می بینند(۱) و انسان را در همه حال به یاد خـدا فرا می خواند(۲) و کسانی که از نماز روی می گرداننـد، به زندگیِ دشوار نوید می دهد.(۳)

آداب نماز

آداب نماز

قرآن می فرمایـد: «صدای نمازگزار در هنگام نماز باید متعادل باشد» (اسـراء: ۱۱۰) و «نمـاز رو به قبله اقامه شود» (بقره: ۱۴۶). هم چنین کیفیت وضو، غسـل و تیمم را بیان می کند(۴) و می فرمایـد: «هنگامی که نماز را به پایان می رسانید، خداوند را یاد کنید» (نساء: ۱۰۳) قرآن به زمان خواندن نماز اشاره می کند(۵) و نماز را در حالت مستی حرام(۶) (نساء: ۴۳) و ادای نماز از روی بی میلی را از نشانه های منافقان می داند.(۷)

پی آمدهای ترک و سهل انگاری در برپایی نماز

پی آمدهای ترک و سهل انگاری در برپایی نماز

قرآن سهل انگاران در نماز(۸) و ضایع کننـدگان آن را توبیخ می کند(۹) و یکی از علت های سـقوط در جهنم را ترک نماز می داند(۱۰) و کسانی را که

۱– انفال، ۴۵.

۲– اعراف، ۲۰۵؛ آل عمران، ۱۹۱.

۳– طه، ۱۲۴.

۴– مائده، ۶ .

۵– اسراء، ۷۸؛ طه، ۱۳۰.

۶– نساء، ۴۳.

۷– نساء، ۱۴۲.

۸– ماعون، ۴ و ۵.

۹– مریم، ۵۹.

۱۰– مدثر، ۴۰ تا ۴۳.

از یاد خدا غافل می شوند، در خطر همنشینی با شیطان می بیند(۱) و آن ها را افرادی زیان کار می خواند.(۲) قرآن به لجاجت کافران در مورد ترک نماز(۳) و مزاحمت آن ها نسبت به نمازگزاران اشاره می کند(۴) و از خواندن نماز میّت بر منافق نهی می کند؛(۵) یعنی همان کسی که از روی اکراه و بی میلی نماز می خواند.(۶)

هر چند واژه انس در قرآن به چشم نمی خورد، ولی در آیات مختلفی به مقوله هایی چون باطن نماز،(۷) یاد خدا،(۸) تسبیح،(۹) عبادت(۱۰) و خضوع و خشوع(۱۱) پرداخته می شود که در واقع مرحله ای فراتر از صورتِ نمازگزاری و نتیجه انس قلبی با نماز است.

در تعدادی از آیات قرآن به نماز پیامبران اشاره می شود از جمله، نماز پیامبر صلی الله علیه و آله اسلام،(۱۲) زکریا (ع)،(۱۳) ابراهیم (ع)،(۱۴) یونس (ع)،(۱۵) شعیب (ع)،(۱۶) لقمان

۱- زخرف، ۳۶.

۲- منافقین، ۹.

۳- مرسلات، ۴۸.

۴- علق، ۹ و ۱۰.

۵- توبه، ۸۴ .

۶- توبه، ۵۴.

۷- حج، ۷۷؛ عنکبوت، ۴۵؛ مائده، ۹۱؛ فاطر، ۱۸.

۸- اعراف، آیه ۲۰۵؛ آل عمران، ۱۹۱؛ بقره، ۱۵۲.

۹- اعراف، ۲۰۶؛ اسراء، ۴۴؛ حدید، ۱؛ مؤمن، ۵۵.

۱۰- ذاریات، ۵۶؛ اعراف، ۲۰۶؛ بینه، ۱؛ عنکبوت، ۱۷؛ آل عمران، ۵۱.

۱۱- حج، ۳۵؛ بقره، ۴۵؛ مؤمنون، ۱ و ۲.

۱۲- حجر، ۹۸.

۱۳- آل عمران، ۳۹.

۱۴- ابراهیم، ۴۰.

۱۵- صافات، ۱۴۳ و ۱۴۴.

۱۶- هود، ۸۷ .

(ع)،(۱) موسی (ع)،(۲) اسحاق (ع) و یعقوب (ع)،(۳) و عیسی (ع).(۴)

هم چنین در قرآن به نماز جماعت،(۵) نماز جمعه،(۶) نماز مسافر،(۷) نماز خوف،(۸) نماز شب(۹) و اهمیت و جایگاه مسجد(۱۰) به تفکیک اشاره می شود.

۵. نماز از دیدگاه اندیشمندان مسلمان و غربی

اشاره

۵. نماز از دیدگاه اندیشمندان مسلمان و غربی

با بررسی آثار و شخصیت اندیشمندان مسلمان و غربی به این نتیجه می رسیم که غربی ها بیشتر، از چند و چون نمازگزاری سخن گفته اند، ولی عالمان مسلمان با توجه به مفاهیم عمیق عرفانی، با نگاه دیگری مقوله عبادت را بررسی کرده اند و انس با نماز را به عنوان هدف نمازگزار مورد بحث قرار داده اند.

۱- لقمان، ۱۷.

۲- طه، ۱۴.

۳- انبیاء، ۷۲ و ۷۳.

۴- مریم، ۳۱.

۵- بقره، ۴۲.

۶- جمعه، ۹ و ۱۰ و ۱۱.

۷- نساء، ۱۰۱.

۸- نساء، ۱۰۲.

۹- فرقان، ۶۴ ؛ اسراء، ۷۹؛ زمر، ۹؛ مزمل، ۶، ۲ تا ۴.

۱۰- ذاريات، ۱۷ و ۱۸؛ توبه، ۱۷؛ اعراف، ۳۱؛ بقره، ۱۱۴؛ جن، ۱۷؛ توبه، ۱۸؛ توبه، ۱۰۷ و ۱۰۸.

برخی از اندیشمندان غربی با توجه به مکتب های فکری رایج در غرب، نماز را از باب یک تجربه دینی تبیین می کنند. در تحلیل تجربه دینی، حقیقت عبادت، بندگی و مناجات انسان با حضرت حق نیست، بلکه آنچه که انسان احساس می کند، با آن به تجربه ای دینی و آرامش وجدان می رسد و ظاهری معنوی داشته باشد عبادت است. بر این مبنا تعبد نسبت به خداوند و تقیّد به فرامین او که رکن و هدف اصلی عبادت و بندگی است، محو می شود.

از این رو اندیشمندان غربی با توجه به تنوع دیدگاه هایشان بیشتر از اندیشمندان مسلمان به تحلیلِ صورت نمازگزاری پرداخته اند و در تحلیل ریشه ها و پی آمدهای نماز بیشتر به بازتاب های روحی و روانی نمازگزاری و نقش آن در آرامش درونی توجه کرده اند. همچنین آثار اجتماعی نماز را به بحث کشیده اند، ولی آن ها نمی توانند به ظرافت ها و لطافت های عبادت و مناجات و لذّت سخن با معبود اشاره کنند. چون دیدگاه آن ها در مورد دین و عبادت غیر از دیدگاه اندیشمندان اسلامی است. به عبارت دیگر، آن ها نتوانسته اند به خشوع، حضور قلب، معانی باطنی، آداب ظاهری و آثار فراجهانی نماز اشاره کنند؛ نمازی که در کلام دانشمندان غربی بیان شده روح عبادت ندارد و تنها از باب رفع فشارهای روحی و یک نوع تجربه دینی است.

به طور کلی منطق نیایش و فرهنگ بندگی در کلام دانشمندان غربی با مبانی عقیدتی در نظام علمی و عملی اندیشمندان مسلمان متفاوت است؛ زیرا آن ها بیشتر با دید عرفانی به نماز نگریسته و نماز را کامل ترین سیر و سلوک به سوی خدا دانسته اند. با وجود این که در

مجموع، آثار مکتوب عارفان مسلمان اندک است، ولی در مورد نماز، کتاب های متعدّدی در میان آثار عرفای اسلامی به چشم می خورد که در ادامه، برخی از آن ها را بررسی می کنیم.

اندیشمندان مسلمان

اشاره

اندیشمندان مسلمان

زیر فصل ها

نماز از دیدگاه مرحوم امام خمینی رحمهم الله

نماز از دیدگاه مرحوم امام خمینی رحمهم الله

امام خمینی رحمه الله در کتاب «آداب نماز» نخست به بیان انس و حضور قلب پرداخته و در ادامه احادیثی را در این مورد نقل می کند. ایشان بعد از این که اهمیّت و جایگاه حضور قلب را به بحث می کشد، مؤمنان را به حضور قلب فرا می خواند. امام رحمه الله تشتّت خاطر و کثرت واردات قلبیّه را مانع انس و حضور قلب دانسته و هرزه گی خیال و حبّ دنیا را دو منشأ تشویش خاطر می داند که برای درمان آن، عمل به خلاف [خواهش های نفسانی] حبس خیال را در نماز توصیه می کند.

امام خمینی رحمه الله در کتاب «چهل حدیث» فراغتِ، قلب، رقت در عبادت، مراتب حضور قلب، راه دستیابی به حضور قلب و نقش نوافل را بررسی می کند و در کتاب «سر الصلوه» نیز به معانی باطنی نماز می پردازد.

نماز از دیدگاه میرزا جواد آقا ملکی تبریزی

نماز از دیدگاه میرزا جواد آقا ملکی تبریزی

ایشان در کتابِ «اسرار الصلوه»، انس قلبی را حقیقت نماز می دانند و اسباب شش گانه تحقق حقیقت نماز را این چنین برمی شمارد:

۱. حضور قلب؛

۲. تفهّم و دریافتن معانی؛

۳. تعظیم ذات اقدس حق و بزرگداشت عبادت؛

۴. هیبت (ترسی که از تعظیم و اخلاص حاصل شود.)؛

۵. رجاء و امید به فضل خداوند؛

۶. حیا (تأمل در هر چیزی که مخالف با توحید ذات اقدس و معرفت اوست). وی در ادامه عوامل پیدایش هر کدام از این اسباب را بررسی می کند.

ایشان بهترین درجه انس را در این می دانند که قلب نمازگزار در تمام اعمال و گفتار و ذکرهای نماز متوجه همان عمل و گفتار باشد و او مراعات حضور پروردگارش را بنماید.

نماز از دیدگاه فیض کاشانی

نماز از دیدگاه فیض کاشانی

فیض کاشانی در جلد سوم کتاب محجه البیضاء ابتدا برخی آیات و روایات را بیان می کند که در آن ها انس و حضور قلب و عبادت، شرط اصلی قلمداد می شود. سپس در مورد این که انس قلبی شرط صحّتِ نماز است یا شرط قبول آن، بحث می کند. بعد از آن، راه درمان تشویش قلبی را که یکی از موانع حضور قلب است، بررسی می کند.

برای اشاره به دیدگاه دیگر عارفان و اندیشمندان مسلمان جهت رعایت اختصار تنها به ذکر منابع بسنده می کنیم. شهید ثانی در کتاب اسرار الصلوه، سیّد بن طاووس در کتاب فلاح السایل، شیخ بهایی در کتاب مفتاح الفلاح و عَلّامه محمدمهدی نراقی در جلد سوم کتاب جامع السعادات، و عالم فاضل سید عبداللّه شبّر در کتاب اخلاق در مورد انس قلبی در نماز، سخن گفته اند.

نماز از دیدگاه اندیشمندان غربی

نماز از دیدگاه اندیشمندان غربی

در قرن حاضر، اندیشمندان به طور گسترده تری درباره نماز و نیایش

بحث کرده اند. به ویژه برخی از روان شناسان امروزه به این نتیجه رسیده اند که توجه به خدا و نماز و دعا، بسیاری از امراض روانی را درمان می کند. دکتر الکسیس کارل که برای درمان جنبه های ویرانگر تمدن جدید راهی نمی یابد،(۱) در نوشته های بعدی برای معالجه یأس های ناشی از تمدن جدید می گوید: «نیایش، به آدمی نیروی تحمّل غم ها و مصیبت ها را می بخشد.»(۲)

دکتر توماس هیس لوپ می گوید: با این قید که من پزشکم، این سخن را می گویم که نماز، بهترین وسیله ای است که تا کنون برای توسعه اطمینان و تسکینِ اعصاب و آسایش و نشاط، شناخته شده که زمینه بی خوابی را برطرف می گرداند.(۳)

سرل برت روان شناس انگلیسی، با تأکید بر نظریه ویلیام جیمز درباره تأثیر نماز می گوید: «ما به واسطه نماز می توانیم وارد انبار بزرگی از نشاطِ عقلانی شویم که در شرایط عادی یارای وصول بدان را نداریم.»(۴)

ماهاتما گاندی ــ رهبر بزرگ هند ــ در تبیین استقامت روحی اش می گوید: «اگر نماز نبود و با خدا ارتباط بر قرار نمی کردم، به طور حتم سال ها بود که دیوانه شده بودم.»(۵)

۱- آلکسیس کارل، انسان موجود ناشناخته، ص ۲۷۵.

۲- آلکسیس کارل، راه و رسم زندگی، ص ۱۳۷.

۳- دیل کارنگی، آیین زندگی، ص ۲۴۹؛ قرآن و روان شناسی، ص ۳۵۷.

۴- رحیم کارگر و محمد یاری، نماز از دیدگاه دانشمندان و متفکران، ص ۳۱ به نقل از قرآن و روان شناسی، ص ۳۶۲؛ علم النفس الدینی، ص ۲۱.

۵- گاندی، همه مردم برادرند، ص ۱۰۷؛ مرواریدهای پراکنده، ص ۱۳۵.

نورمن ویزنت گریسی می گوید: «دعا و نماز بزرگ ترین نیرویی است که برای مبارزه با دشواری های زندگی روزانه و به دست آوردن آرامش روحی، شناخته شده است.»(۱)

هم چنین اندیشمندان غربی به اثر نماز در بهبود بیماری های جسمی نیز اشاره کرده اند. دکتر اِدوین فردریک پاورس یکی از متخصصان درمان بیماری های عصبی در ایالات متحده آمریکا می گوید: «ما می بینیم هزاران حالت برای مریض پیش آمده که مشهورترین پزشکان و باهوش ترین طبیبان کمترین امیدی برای بهبودی آن نداشته اند، اما چیزی که در بهبودی او اثر گذاشته، معجزه ای مانند معجزات نماز و ارتباط با خدا بوده است.»(۲)

در مورد آثار اجتماعی نماز نیز دیدگاه های اندیشمندان غربی قابل تأمّل است. ویل دورانت اوصاف و زیبایی های نماز جماعت مسلمانان را به تصویر می کشد.(۳) لورا اسقف مسیحی نماز مسلمانان را عامل جذب دیگران می داند.(۴) دکتر محمّد عثمان، نقش نماز جمعه را در درمان بیماری های اجتماعی بازگو می کند.(۵) هراس لیو معتقد است «نماز

۱- کلیدهای خوشبختی، ترجمه: احمد آرام، ص ۳۸۶، ۳۸۸.

۲- نماز از دیدگاه دانشمندان و متفکران، ص ۲۹، به نقل از فروع دین، ص ۳۸.

۳- ویل دورانت، تاریخ تمدن، عصر ایمان، ج ۴، بخش اول، ص ۲۷۳.

۴- فضل اللّه کمپانی، نتایج و فوائد دین، ص ۲۱ و ۲۲؛ اسلام و علم جدید، ص ۳۵۹ و ۳۶۰.

۵- نماز از دیدگاه اندیشمندان و متفکران، ص ۶۴، به نقل از قرآن و روان شناسی، ص ۳۶۳؛ التحلیل النفسی و العلاج النفسی، ص ۲۰۹.

جماعت مسلمانان کامل ترین درجه مساوات بین مردم است.»(۱)

گفتیم که اندیشمندان غربی بیش از اندیشمندان مسلمان در مورد آثار اجتماعی و روان شناسی نماز بحث کرده اند، ولی در سخنان برخی از آن ها نکات ظریف درباره ویژگی های باطنی نماز به چشم می خورد. دکتر روژه گارودی،(۲) توشی هیکو ایزوتسو،(۳) مارسل بوازار،(۴) _ دانشمند و اسلام شناس معاصر سوئیسی _ و ویکتور هوگو(۵) نگاهی به معانی باطنی و انس قلبی با نماز داشته اند.

۱- اسلام و علم جدید، ص ۳۵۷ و ۳۵۸؛ راه تکامل، احمد امین، ج ۷، ص ۲۱۰ و ۲۱۱.

۲- روژگاروردی، هشدار به زندگان، ترجمه: کسمایی، ص ۲۵۹.

۳- دکتر توشی هیکو، خدا و انسان در قرآن، ص ۱۸۷، ۱۸۸ و ۲۵۰.

۴- مارسل بوازار، اسلام و حقوق بشر، ترجمه: مؤیدی، ص ۹۴.

۵- ویکتور هوگو، بینوایان، چ نهم، ج ۲، ص ۶۷۲ .

بخش دوم:عوامل انس با نماز

اشاره

بخش دوم:عوامل انس با نماز

زیر فصل ها

عوامل انس با نماز

عوامل انس با نماز

اشاره

عوامل انس با نماز

گفتیم که هدف از نمازگزاری رسیدن به مرحله انس با نماز در مرتبه ای برتر از به جا آوردن آداب ظاهری نماز است. انس به عنوان یک روش رفتاری از استحکام درونی برخوردار است و پایدارترین و ارزشمندترین مراحل رفتاری یک نمازگزار به شمار می آید. انسِ به نماز زمانی حاصل می شود که نماز برای انسان به صورت درونی نهادینه شود.

در ادامه دلایل انس با نماز مطرح می کنیم که چرا و چگونه مداومت بر آن، انسان را به عالی ترین مرحله سیر و سلوک یعنی عشق به نماز می رساند. دلایل انس با نماز را در سه بخش اخلاقی ــ عرفانی، روانی ــ رفتاری و اجتماعی بیان می کنیم.

دلایل اخلاقی ــ عرفانی انس با نماز عبارت اند از: حضور قلب، منش، بندگی یا روحیه نیایش، لذت (منطق لذت) زیباشناسی نماز، پیش نیازهای عبادت و معرفت نسبت به نماز.

دلایل روانی ــ رفتاری انس با نماز عبارت اند از: تکرار، امنیت روانی، الگوهای رفتاری ــ شخصیتی، نماز اول وقت، خاطرات شیرین از نماز.

دلایل اجتماعی انس با نماز عبارت اند از: ویژگی های امام جماعت و مسجد، تجربیات مثبت از نماز گزاران، نماز فردی یا جمعی.

دلایل اخلاقی ـ عرفانی انس با نماز

اشاره

دلایل اخلاقی ـ عرفانی انس با نماز

زیر فصل ها

۱. حضور قلب

اشاره

۱. حضور قلب

یکی از مهم ترین عواملی که سبب انسِ قلبی انسان با نماز می شود، حضور قلب است که قبولی تمام اعمال به ویژه نماز به آن بستگی دارد.(۱) امام خمینی رحمه الله در کتاب آداب نماز حضور قلب را چنین بیان می کند:

یکی از مهمّات آداب قلبیه که شاید کثیری از آداب، مقدمه آن باشند و عبادت را بدون آن روح و روانی نیست و خود، مفتاح قفل کمالات و باب الابواب سعادات است و در احادیث شریفه از کمتر چیزی این قدر ذکر شده و به کمتر ادبی این قدر اهمیت داده شده، حضور قلب است... یکی از اسرار عبادات و فواید مهمّه که همه مقدمه آن است، آن است که جمیع مملکت باطن و ظاهر مُسخّر در تحت اراده اللّه و متحرک به تحریک اللّه شود و قوای ملکوتیّه و ملکیّه نفس از جُنودُ اللّه شوند و همگی نسبت به حق تعالی سَِمِت ملایکه اللّه را پیدا کنند و این خود یکی از مراتب نازله فنای قوا و ارادات است در اراده حق.(۲)

نظری بر واژه قلب

نظری بر واژه قلب

قلب در زبان فارسی به یکی از دو معنای زیر به کار می رود.

۱. عضوی صنوبری شکل است که در قسمت چپ سینه قرار دارد.

۲. یک موجود لطیف روحانی و ربّانی است که در ارتباط با جسمِ قلب است. این موجود لطیف به نام های قلب، نفس، روح و انسان نامیده می شود و هر گونه درک و شناخت شهودی به وسیلهِ آن انجام می شود و خطاب های الهی متوجّهِ آن است.

۱- ضرورت انس با نماز، ابتدای همین کتاب.

۲- آداب نماز، امام خمینی، ادب حضور قلب. ص ۳۱ و ۳۲.

ما در بحث انس با نماز، از حضورِ قلب به همین معنا استفاده می کنیم.

قلب به دلیل صفا و جلایی که دارد، همانند یک آینه صاف و شفاف مستعدّ آن است که انوار و تجلیات الهی را به سوی خود جذب کند. خداوند در حدیث قدسی می فرماید: «لا یَسعُنی اَرضی وَ لا سَمائی بل یَسَعُنی قلبُ عبدی المؤمن؛ زمین و آسمانم لیاقت و گنجایش عشق و محبت من را نداشتند، تنها قلب بنده خاص مؤمنم چنین لیاقت و گنجایش را دارد.»(۱)

قلب حرم امن الهی است که وسعتش پذیرای رحمت خداوند است و گنجایش و ظرفیّت آن از گستره زمین و آسمان هم بیشتر است، تا آنجا که عشق خداوند در آن جای می گیرد.

امام صادق (ع) می فرماید: «اَلقَلْبُ حَرَمُ اللّه فَلا تُسکِنْ فی حَرَمِ اللّه غیرَ اللّه ؛ قلب حرم الهی است، غیر خدا را در حرم خدا جای مده».(۲)

استعداد پذیرش انوار الهی در قلب به حدی است که می تواند حقایق بسیاری را کشف کند. با این حال، در اثر عوامل درونی و بیرونی، روحانیت و نورانیت ذاتی اش دستخوش دگرگونی می شود؛ به گونه ای که استعداد او در پذیرش تجلیّات ربانی به تحلیل می رود و در مقابل، قابلیت پذیرش آلود گی ها و تباهی ها در آن پدید می آید.

زراره از امام باقر (ع) روایت می کند که فرمود:

هیچ بنده ای نیست جز این که در قلب او نقطه سفیدی هست. هنگامی

۱- قاضی سعید، شرح توحید صدوق، ج ۱، ص ۴۶۲.

۲- بحارالانوار، ج ۷۰، ص ۲۵، ح ۲۷.

که گناهی از او سر بزنـد در میان نقطه سـفید نقطه سـیاهی پدیـد می آیـد. اگر توبه کند آن نقطه سـیاه از بین می رود اگر در گناهان غوطه ور شود، با هر گناهی بر نقطه سـیاه افزوده می شود، تا همه نقطه سـفید را بپوشاند. هنگامی که نقطه سیاه بر نقطه سفید غلبه کند، هرگز صاحب آن قلب به سوی خیر باز نمی گردد.(۱)

به همین دلیل، انسان نماز گزار باید از چنین قلبی محافظت کند تا شیطان در آن نفوذ نکند.

از امیرالمؤمنین (ع) پرسـیدند: «بِمـا نِلْتَ؟ قال کُنْتُ بَوّابا علی بابِ قلبی؛ چگونه [به این حضور قلب] نایل شـدی؟ فرمودنـد: من پاسبان درب قلبم بودم.»(۲)

در این جـا به دلیـل اهمیت مسـأله حضور قلب و اثر آن در انس بـا نمـاز و بـا توجه به فراگیر بودن آن در بین نمـازگزاران، دو مسأله مهم عوامل حضور قلب در نماز و موانع حضور قلب و راه های برطرف کردن آن را بررسی می کنیم:

عوامل حضور قلب در نماز

تغییر بینش

یکی از عوامـل روانی مؤثّر بر حضور قلب، نوع بینش و نگرش نمازگزار نسبت به نماز است. هر فردی تعریف خاصّـِی از نماز دارد و بـا دیـد ویژه ای به عبـادت می نگرد. نوع این دیـدگاه ها در حضور قلب تأثیر زیادی دارد که در ادامه چنـد قسم آن را برمی شماریم:

هدیه انسان به خدا

۱- اصول کافی، ج ۲، ص ۲۷۳؛ نوادر، قطب الدین فضل اللّه بن علی راوندی کاشانی، ج ۵، ص ۵۳۲.

۲- ع ــ حیدری، چگونه حضور قلب درنماز پیدا کنیم؟، انتشارات ارم، ص ۹.

هـدیه کلمه ای است که بـار عـاطفی ویژه ای دارد و انسـان هـا برای نشان دادن محبّتشان به یکـدیگر هـدیه می دهنـد. در عین حال، انتخاب هـدیه بسـیار مهم است. به همین دلیل، همه می کوشـند هدیه شان ماندگار و خاطره آفرین باشد. هدیه گیرنده یا هـدیه دهنده نیز خیلی مهمّ است و بر حساسـیت این امر می افزاید. گاهی حسّاسیّت هدیه دادن از هدیه گرفتن بیشتر است، آن هم در شـرایطی که گیرنده هدیه دارای جایگاه مهمی باشد. در این شرایط انتخاب هدیه، خیلی مشکل است. اگر هدیه گیرنده هدیه را بپذیرد، هدیه دهنده احساس غرور می کند.

حـال به این پرسـش فکر کنیـد: «آیا دوست داریـد به خداونـد هـدیه بدهیـد؟» اگر پاسـخ به این پرسـش دشوار است، پرسـش دیگری را با شما طرح می کنیم، «آیا دوست دارید به امام زمان هدیه بدهید.» (توجه: در انتخاب هدیه بسیار دقت کنید.)

اگر انسـان با این دیـد به نماز بایسـتد که در حال دادن هـدیه به خداونـد است، به یقین چگونگی نماز گزاردن برای او اهمیت می یابد و می کوشد تا هدیه در خوری را به محضر حضرت حق تقدیم کند.

هدیه خدا به انسان

برخی با این دیـد به نماز می نگرنـد که نماز تکلیفی از ناحیه خداونـد است و رابطه بین انسان و خداونـد را چون رابطه عبـد و مولی بسـیار خشک و رسـمی تلقی می کننـد؛ در حالی که می توان با محبّت و انبساط روحی بیشتری به این رابطه نگاه کرد و نماز را هدیه خداوند و ره آوردِ معراج حضـرت محمد صـلی الله علیه و آله دانست. در این فضا، نمازگزاردن سلوک در وادی عشق است که هر قدم هدیه ای از سوی خداوند شمرده می شود. نه

آن چنـان که قشـریان گمـان می برنـد نمـاز، تنهـا تحمّـِل تکلیف شـاقّ و دشوار است. و چنین است که اگر تنهـا با دیـد انجام تکلیـف به نمـاز بنگریم، جـان خـود را در حصـاری از محـدودیت خواهیم دیـد و از لطـافت و زیبـایی چنین رابطه ای بی بهره خواهیم ماند.

روح و کالبد نماز

روح و کالبد نماز

نمـاز به وجود انسـان می مانـد که حقیقتی مرکب از جسم و روح است. هر یـک از اعضـای بـدن انسـان که برخی در ظـاهر و برخی در درون هسـتند، نقش خاصـی در حیات او دارنـد. برخی ماننـد قلب نقش کلیـدی دارنـد که بدون آن انسان زنده نمی مانـد و برخی اعضـا ماننـد چشم و دست و پـا گرچه بـدون آن هـا می توان زنـده مانـد، ولی با نبودن آن ها نقصانی جـدّی در تمـامیت وجودی انسان پدیـد می آیـد و برخی دیگر از اعضا ماننـد رنگ و حالت چشم و مو و ابرو به کالبـد انسانی جلوه می دهنـد. به نمـاز نیز چون بـا همین دیـد بنگریم، حضور قلب را روح نمـاز خواهیم دیـد و ارکان نماز چون نیّت، تکبیره الاحرام، رکوع و سـجود و قیام متصل به رکوع را اعضاىِ حیاتىِ نماز و دیگر واجبات نماز مثل قرائت و تشـهّد و سلام را به منزله دست و پا و مستحباتی مانند قنوت را به منزله رنگ چشم و ابرو، زینت و جلوه نماز خواهیم دید.

نماز، راحت ترین ارتباط با خداوند

نماز، راحت ترین ارتباط با خداوند

بـا وجـود این که انسـان اکنون در عصـر ارتباطـات قرار دارد، امـا هنوز هم برقراری ارتبـاط او بـا افراد مشـهور و کسـانی که از موقعیت خاص سیاسی و اجتماعی برخوردارند بسیار دشوار است، تا جایی که اگر موفق به

دیدار با چنین اشخاصی شود، احساس می کند کار بزرگی انجام داده است.

بـا این نگـاه، اگر کسـی از ملاقـات بـا خـالق هستی، سـخن بگویـد، قطعا از برقراری ارتباط و دیـدار خصوصـی با چنین مقامی احساس غیر قابل وصـفی خواهد یافت. نماز راحت ترین و سـریع ترین وسیله ارتباط بین انسان و خداوند است. ارتباطی که در یک سوی آن انسان با تمامی محـدودیت های ذاتی اش قرار دارد و در سوی دیگر، خالق جهان با تمامی شـکوه و عظمت اش جلوه گری می کند. کسـی که با این دید به نماز می نگرد احساس عزّت و عظمت می کند و نماز او از روی عشق و نه از باب تکلیف است؛ زیرا احساس می کنـد آن چنان در سـپهر آفرینش اوج گرفته است که شایسـته ملاقات با آفریـدگار هستی شـده است.

نماز در فضای بندگی

اشاره

نماز در فضای بندگی

بنـدگی رکن اصـلی و گوهر تمـامی عبـادت هـا است و هـدف از خلقت انسـان چنین تبیین می شود. بنـدگی رنگ دیگری به عبادت می بخشد و بینش انسان رانسبت به عبادت تغییر می دهد. بندگی یعنی احساس و اظهار بندگی، خدا را مالک همه چیز دانسـتن، راضـی به رضای خـدا بودن، خـدا محوری، خود فراموشـی و پسـندیدن آنچه خـدا می پسـندد. قرار گرفتن در فضای بندگی سـبب می شود عبادت انسان از سنخ عبادت آزادگان باشد، نه عبادت بازرگانان و بردگان! و به همین دلیل این عبادت بـدون هیـچ سـختی و اکراه و بـا میل و اشتیاق انجام می شود. نماز گزاردن در فضای بنـدگی یعنی این که خود را فراموش می کنم و تنها او را در نظر می آورم.

نماز خواندن برای رضای خدا و فراموش کردن منّیت، بینشی است که در فضای بندگی معنا پیدا می کند.

نماز از این منظر علاوه بر بار عاطفی ویژه خود که به ایجاد ارتباطی عمیق بین انسان و خدا می انجامد، از دیدگاه عرفانی نیز تفسیر زیبا و متفاوتی از رابطه خداوند و انسان به دست می دهد.

الف) دور کاملی از یک زندگی معنوی

الف) دور کاملی از یک زندگی معنوی

نماز یعنی زندگی! وقتی انسانِ مسلمان چشم به دنیا می گشاید، مستحب است که در گوش راستش اذان و در گوش چپش اقامه گویند.(۱) همان گونه که نماز با اذان و اقامه شروع می شود، تولد مسلمان نیز چون نماز با یاد خدا آغاز می شود. انسان مسلمان در آخرین لحظات نیز هم چون نماز، با گفتن شهادتین دفتر زندگی اش در این دنیا بسته می شود و رهسپار جهان دیگر می شود. و او در پایان زندگی دنیایی خود هم چون نماز در جوار قرب الهی آرام می گیرد. پس هر نماز دور کاملی از یک زندگی معنوی است و نمازگزار هر روز ۵ بار متولد می شود و در پایان به ملاقات خداوند می رود.

گویا اذان، نسخه اول است آن هنگام که همه جهانیان می میرند و اقامه، نسخه دوم است که قیامت برپا می شود. آن هنگام که دست ها برای گفتن تکبیر بالا می رود، به یاد روزی باید بود که دست انسان برای گرفتن نامه عملش بالا می رود. و چون حمد را می خواند، خواندن نامه اعمال را تداعی می کند.

۱- روضه المتقین، ج ۲، ص ۲۶۰.

ب) شرایط لازم در تمام مراحل برپایی نماز

ب) شرایط لازم در تمام مراحل برپایی نماز

برای ایجاد حضور قلب شرایطی لازم است که می بایست در تمام مراحل نماز به آن توجه شود. از جمله تصمیم و عزم، که از لوازم ضروری انجام یا ترک هر عملی است. کسی که می خواهد در نماز حضور قلب داشته باشد، نخست باید تصمیم قطعی بگیرد و با اراده ای قوی پا در این مسیر بگذارد و بدون چنین عزمی کار به جایی نمی رسد. در این باره، میرزا جواد آقا ملکی تبریزی می گوید: «سبب پیدایش حضور قلب، همت آدمی است؛ زیرا قلب تابع همت واراده [است] ...»(۱) البته صرف تصمیم گرفتن کافی نیست، بلکه می بایست بر این خواسته مداومت کرد تا جنبه موقت پیدا نکند. توجه به مقدّمات و احکام قبل از نماز، هم چنین رعایت مستحبّات در طول نماز نیز از شرایط تحصیل حضور قلب است.

ج) رعایت آداب نماز

اشاره

ج) رعایت آداب نماز

هر کاری آداب خاصی دارد که رعایت آن ها برای انجام درست کار لازم است. برای رسیدن به معنای حقیقی نماز نیز رعایت آداب نماز لازم است. آداب نماز برخی ظاهری و برخی باطنی هستند. آداب ظاهری که شکل اعمال نماز را مشخص می کند و موجب زینت نماز می شود عبارت اند از: «طمأنینه، صوت و لحن، مسواک زدن، استعمال عطر، پوشیدن لباس سفید و پاکیزه، بدن نظیف، مکان مناسب، سجاده، تسبیح، عبا به دوش انداختن، نگاه کردن به موضع سجده و نشستن و ایستادن

۱- میرزا جواد آقا ملکی تبریزی، اسرار الصلوه، ترجمه رضا رجب زاده، ص ۳۰۱.

متواضعانه، زینت کردن، انگشتر به دست داشتن، رعایت اول وقت، خواندن نماز واجب در مسجد، دعا کردن در آغاز نماز، بلند گفتن بسم اللّه، گفتن اعوذ باللّه من الشیطان الرجیم بعد از تکبیره الاحرام و بینی به خاک مالیدن.»(۱)

آداب باطنی، مربوط به معانی و مفاهیم باطنی و اسرار نماز است. نمازگزار باید علاوه بر رعایت آداب ظاهری به آداب باطنی نماز نیز توجه کند که حضور قلب واقعی در اثر توجه به این آداب است. رعایت آداب ظاهری نیز مقدمه ای برای رسیدن به این مرحله است. آداب باطنی نماز عبارت اند از: نشاط، اخلاص، گریه از خوف خدا و خشوع.

رعایت آداب نماز از دو جهت بر حضور قلب در نماز تأثیرگذارند:

۱. تأثیر عام (اثر غیر مستقیم)

۱. تأثیر عام (اثر غیر مستقیم)

برخی از نمازها بدون حضور قلب اقامه می شوند و چون نمازگزار اهمیتی برای نماز قایل نیست، نماز را به شایستگی بر پا نمی دارد. در حالی که حضور قلب، محور اصلی نماز است و نماز بدون آن فایده ای جز رفع تکلیف ندارد. حضور قلب، نوعی تمرکز ذهن و قلب در یاد خداست و ناشی از اهمیتی است که نمازگزار برای نماز و مناجات با حضرتِ حق قایل می شود.

رعایت آداب نماز، به طور عمومی، این روند را تقویت می کند و سبب می شود انسان برای نماز اهمیت بیشتری قایل شود؛ همان طور که

۱- نک: محمد محمدی ری شهری، الصلاه فی الکتاب و السنه، فصل سیزدهم، آداب نماز.

احترام به آداب هر کاری و انجام آن طبق آن آداب نشانگر اهمیت دادن به آن کار است.

رعایت آداب نماز سبب می شود اهتمام قلبی انسان به نماز افزایش یابد و انسان در حالتی خاص قرار گیرد که حضور قلب تجلّی آن است. حتّی در برخی موارد رعایت آداب نماز برای ایجاد حضور قلب کافی است.

۲. تأثیر خاص آداب نماز

اشاره

۲. تأثیر خاص آداب نماز

برخی از آداب نماز، علاوه بر اثر عمومی که گفته شد به طور خاص، در حضور قلب نماز گزار مؤثرند.

طمأنینه

طمأنینه اگر به معنای آرامش درونی باشد همان حضور قلب است؛ چون اگر فکر و قلب آرام باشد، حضور قلب به خودی خود حاصل می شود. ولی اگر به معنای آرامش رفتاری نمازگزار باشد، از آداب ظاهری نماز است. طمأنینه یا آرامش خاص نمازگزار در انجام افعال و اذکار نماز سبب می شود نماز با وقار خاصی اقامه شود.

حضور قلب با اعمال پرشتاب و سریع چندان تناسبی ندارد. تمرکز ذهن و قلب و یاد خدا به آرامش و زمان احتیاج دارد. از این رو، وقتی می خواهیم کاری را با دقت و تمرکز پیش ببریم، باید آن را به آرامی انجام دهیم. حضور قلب در نماز نیز از همین ضرورت تبعیّت می کند. کسی که می خواهد در نماز حضور قلب داشته باشد، به آرامشی نیاز دارد که طمأنینه در نماز گزاردن آن را تأمین می کند.

همان طور که نماز بدون حضور قلب پذیرفته نیست، کسی که بدون

طمأنینه قرائت، رکوع و سجودش را شتاب زده به جا می آورد، نمازش پذیرفته نیست(۱) و دزدترین مردم کسی است که از نمازش می دزدد.(۲) او نزد خداوند هم چون کلاغی است که با سرعت از زمین دانه بر می چیند و اگر بمیرد بردین حضرت محمد صلی الله علیه و آله نمرده است.(۳) رکوع و سجده طولانی، فریاد ابلیس را بلند می کند(۴) و قنوت و سجده طولانی نمازگزار را از عذاب آتش نجات می دهد.(۵)

نشاط نمازگزار

نشاط یکی از آداب باطنی نماز است و نمازگزار باید از روی نشاط نماز بخواند؛ زیرا از نمازی که به عمد با بی میلی خوانده شود، نهی شده(۶) و از ویژگی منافقان دانسته شده است.(۷) قرآن از منافقان چنین یاد می کند: «وَ اِذا قاموا الی الصلاهِ قاموا کُسالی؛ آن ها با کسالت نماز می خوانند». (نساء: ۱۴۲). هم چنین در آیه ۵۴ سوره توبه از انفاق بدون عشق به شدت انتقاد شده است. چون تنها اشتیاق در عبادت است که رشد معنوی را به دنبال دارد.

۱- بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۵۳.

۲- بحارالانوار، ج ۸۲، ص ۲۲۲؛ میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۰۶.

۳- وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۲۴.

۴- نماز در آیینه حدیث، عباس عزیزی، به نقل از مواعظ العدیه، ص ۲۴۳.

۵- نماز در آیینه حدیث، ص ۳۶ به نقل از تصنیف غرر الحکم، ص ۱۷۵، حدیث ۳۳۵۳.

۶- قال علی (ع): «لاـ یقومَنَّ احدکم فی الصلاه متکاسلًا و لا ناعسا» «در حالت کسالت و چرت هرگز نماز نخوانید» خصال، شیخ صدوق، ص ۶۱۳، باب الواحد الی المأه، حدیث ۱۰، وسایل الشیعه، ج ۴، کتاب الصلاه، باب ۱۳، افعال الصلاه حدیث ۴

۷- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۹۸، بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۳۱.

البته نباید این نکته را نادیده گرفت که کسالت ناشی از نفاق با کسالتی که از شرایط نامناسب روحی ما در برخی مواقع پدید می آید، فرق دارد و چنین نیست که حالت های به ظاهر مشابه حکم نفاق را داشته باشند؛ زیرا گاه ما در اوج غم و ناراحتی به نماز می پردازیم و طبیعی است که از همان آغاز نمی توان حس نشاط را برخود حاکم کنیم، بلکه کم کم به این حالت می رسیم.

حضور قلب یکی از ویژگی های باطنی نماز است که حاصل تمرکز فکر و قلب در یاد خداست. برای دست یابی به این ویژگی لازم است نماز گزار در برپایی نماز نشاط داشته باشد؛ زیرا کسی که سر حال و با نشاط نیست، نمی تواند کاری را که به تمرکز نیاز دارد، انجام دهد. از این رو، در مسیر استقبال از نماز، گذر از وادی نشاط ضروری است و نباید در محضرِ حضرت حق بی رمق به نماز ایستاد.

صوت نمازگزار

یکی دیگر از آداب ظاهری نماز صوت است. نمازی که با صوت زیبا و نیایش گونه بر پا می شود، زمینه بیشتری را برای رسیدن به حضور قلب فراهم می کند. صوت آهنگین، یکی از جلوه های هنری نماز است و بر زیبایی های نماز می افزاید. این صوت، باید افزون بر صحت قرائت از لحن خاصی برخوردار باشد که با فضای معنوی نماز و مناجات و نیایش متناسب باشد. صوت زیبا علاوه بر ایجاد فضای معنوی در نماز، سبب زیباتر شدن نماز و در نتیجه افزایش علاقه و اشتیاق نماز گزار به نماز می شود. افزایش علاقه به نماز سبب می شود نمازگزار با دقت و تمرکز بیشتری نماز بخواند و در نماز حضور قلب داشته باشد.

با توجه به تأثیر موسیقی بر روح و روان، نمازی که با ضرباهنگی دلپذیر ادا شود، روح آدمی را بیشتر متأثر می کند. به واقع، صوت آهنگین منعکس کننده زیبایی درونی واژه هایی است که بر زبان جاری می شود و به همین دلیل هر کلامی که با آهنگ نماز طنین می افکند، روح و جان نماز گزار را به عمق معنا می برد. علاوه بر این، لحن نیایشگرانه نمازگزار جنبه های روحی و عاطفی نیز دارد که بر آرام بخش بودن نماز می افزاید.

صوت نماز با آداب باطنی نماز مثل تواضع نیز در یک هماهنگی باطنی قرار دارد و به همین دلیل، صرفا از آداب ظاهری محسوب نمی شود.

برای رفع بی میلی و کسالت در نماز دقت در مقدمات نماز، گزینش وقت (اول وقت) و مکان مناسب، خواندن نماز به جماعت در مسجد و مطالعه درباره کیفیت نماز و عبادت اهل بیت (ع) توصیه می شود.

د) فراغت وقتِ نماز

د) فراغت وقتِ نماز

یکی از عوامل حضور قلب در نماز «فراغت وقت» است. امام خمینی رحمه الله فراغت وقت را چنین معنا می کند: «فراغت آن است که انسان در شبانه روز برای عبادت خود، وقتی را معین کند تا در آن زمان، اشتغال دیگری به غیر از عبادت نداشته باشد.»(۱)

انسان همان طور که برای امور دنیوی وقتی را تعیین می کند، برای عبادت هم می بایست زمانی را اختصاص دهد تا نمازگزاری شتاب زده و اضطراری صورت نپذیرد. البته همان گونه که توصیه شده، نماز را باید در

۱- امام خمینی، اربعین حدیث، ص ۴۷۶.

وقت فضیلت، یعنی همان اول وقت برپا کرد. این که برخی برای نماز وقت معینی ندارند و فرصت نماز را می سوزانند، دلیل آشکاری بر بی توجهی آن ها نسبت به نماز است. گویا نماز یک عامل مزاحم است که خارج از برنامه زندگی قرار دارد و چون از کارهای دیگر فارغ می شوند، ابتدا با کراهت به سوی آن می روند و سپس شتاب زده آن را ادا می کنند. وقت نماز برای این گروه به زمانی اطلاق می شود که مجالی برای انجام کارهای دیگر نیست. و روشن است که چنین نمازی با افکار پریشان، خاطری آشفته و بدون حضور قلب تنها در خم و راست شدن خلاصه می شود. این تجربه ها به خوبی نشان می دهد که چرا وقت نماز در روایات بسیار مهم تلقی شده است.(۱)

و) فراغت قلب

و) فراغت قلب

فراغت قلب مهم تر از فراغت وقت است که به واقع، مقدمه ای برای رسیدن به فراغت قلب است. فراغت قلب یعنی این که انسان نمازگزار در حین عبادت، ذهن و قلب خود را از مشغله ها و همّ و غم دنیایی فارغ کند و توجه قلب را از امور پراکنده و پریشانی خاطر منصرف نماید و تمامیّت دل را معطوف به عبادت حق تعالی و مناجات با او کند. بدین جهت سزاوار است انسان پیش از نماز مدتی بر سجاده خود بنشیند و اندیشه خود رابرای مناجات با خداوند خلوت کند، تا قلبش برای ملاقات با حضرت حق مهیّا شود.

۱- بحارالانوار، ج ۳، ص ۸۲ ؛ بحارالانوار، ج ۸۳، ص ۲۰.

ز) ذکر دایمی خدا

ز) ذکر دایمی خدا

افعال و اعمالی که ما در طول شبانه روز انجام می دهیم، بر قلب و روح ما تأثیر دارد. به همین دلیل، میزان اعمال صالح هر کس در طول شبانه روز نوع ورود او به فضای بندگی را تعیین می کند و بر حضور قلب نمازگزار تاثیر مستقیم دارد. یکی از راه های ایجاد حضور قلب، ذکر همیشگی خداوند است؛ یعنی نمازگزار در طول روز در خارج از نماز نیز به یاد خدا باشد و این ممکن نخواهد بود، مگر آن که نمازگزار با یاد خدا اعمال صالح را فراروی خود قرار دهد. چطور ممکن است قلبی که در طول شبانه روز از یاد خدا غافل بوده، به یکباره در هنگام نماز تغییر جهت داده و از گرایش های دنیوی جدا شود. چنین قلبی هر گز به مرحله حضور نخواهد رسید و مصداق نمازگزاری می شود که با غفلت از روح نماز، «صلوه ساهون» را به جا می آورد و از ستم نیز اِبایی نخواهد داشت، ولی قلبی که همواره به یاد خداست، با تمام وجود در هنگام نماز، محضر خداوند را درک می کند. نمازگزار واقعی، در طول شبانه روز حضور قلب را تمرین می کند. در غیر این صورت، قلب نا اهل فراری، خود به هنگام نماز، رمیده از عبادت حق در اندیشه «غیر» خواهد بود.

ح) یاد مرگ

ح) یاد مرگ

از اموری که حضور قلب ایجاد می کند، یاد مرگ است. اگر انسان به یاد مردن باشد و باور کند که هر لحظه امکان وقوع مرگ او هست و شاید «این نماز»، نماز وداع باشد، نماز را به بهترین وجه به جا می آورد؛ زیرا زمانی برای جبران نمی بیند و خود را عازم جهانی می بیند که نه تنها فرصتی برای عمل کرد به او نمی دهد، بلکه از او حساب پس می کشد.

امام صادق (ع) می فرماید:

إذا صَلَّیتَ صَلاهَ فریضهٍ فصَّلِ لِوَقتها صلاهَ مَوَدِّعٍ یَخافُ اَن لا یَعُودَ إلیها أبدا.(۱)

هنگامی که نماز واجب را می خوانی، در وقتش بخوان، مانند کسی که نماز وداع می خواند و می ترسد که بعد از این، توفیق نماز خواندن نیابد.

ط) دعا و توسّل

ط) دعا و توسّل

یکی از راه های ایجاد حضور قلب، دعا و در خواست حضور قلب از حق تعالی است. نمازگزار پیش از نماز، می بایست از خداوند بخواهد که به او توفیق حضور قلب در عبادت بدهد. این دعا علاوه بر آماده کردن روح نمازگزار برای حضور قلب، سبب جبران کاستی هایی می شود که در طول شبانه روز از او سرزده است.

برخی از عرفا در توصیه های اخلاقی خود در مورد حضور قلب در نماز می گویند: قبل از نماز به محضرِ مقدس حضرت ولی عصر متوسل شوید و از ایشان حضور قلب در نماز را درخواست کنید.

ی) توجه در مفهوم اعمال نماز

ی) توجه در مفهوم اعمال نماز

هر یک از اعمال نماز مفهوم و معنای خاصی دارد و تنها یک رشته آداب ظاهری نیست. توجه به این معانی پنهان که به عنوان اسرار عبادت از آن ها یاد می شود، در حضور قلبِ نمازگزار نقش خاصی را ایفا می کند که در بخش زیبا شناسیِ نماز، به آن خواهیم پرداخت. در اینجا به این پرسش می پردازیم که اعمال و حرکات نماز چه تأثیری در ایجاد روحیه عبادت و درک محضر حضرت حق دارد و چگونه معرفت نمازگزار را

۱- بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۳۳.

به باطن و حقیقت نماز افزایش می دهد؟ در پاسخ به این پرسش علی (ع) می فرماید:

هنگامی که رکوع می کنی با خویشتن بگو به تو ایمان دارم، هر چند گردنم زده شود و هنگامی که سرت را از رکوع بلند می کنی با خودت بگو تو مرا از عدم به وجود آوردی. در سجده اول در دل، این معنا را به یاد آور که تو مرا از خاک آفریدی و وقتی سر از سجده برمی داری، بگو تو از خاک مرا بیرون آوردی و هنگامی که برای سجده دوم می روی، بگو دوباره به خاک باز می گردم. و وقتی سر از سجده دوم بر می داری، در دلت بگو خداوندا دوباره مرا از خاک زنده می کنی تا نتیجه کارهایم را ببینم.(۱)

ک) توجه و تفکر در وضو و دعاهای آن

ک) توجه و تفکر در وضو و دعاهای آن

وضو گرفتن علاوه بر بُعد ظاهری آن که نظافت جسم است، از نظر باطنی و معنوی نیز مؤثر است و روح را تقویت می کند. دعاهایی که در حال وضو خوانده می شود، مقدمه مناسبی برای قرار دادن انسان در فضای بندگی است و به خوبی نظام معرفتی انسان را برای دیدار حضرت حق و صحبت با او آماده می کند. خواندن این دعاها در صورت توجه به مفهوم آن شناخت های لازم جهت توجه به نماز و احساس نیاز نسبت به نماز را در نمازگزار ایجاد می کند و با ایجاد حال و هوایی معنوی در انسان، او را در درک عظمت حضرت حق یاری می کند. به این ترتیب، وضو مقدمه ای در ایجاد فراغت قلب است و زمینه را برای ورود از بُعد ظاهری به بُعد باطنی نماز مهیّا می کند. با این تعبیر، وضو فقط جسم را

۱- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۹۵؛ وسایل الشیعه، ج ۶، ص ۳۳۱.

پاک نمی کند، بلکه از کدورت قلب می کاهد و آن را آماده حضور در محضر خداوند می گرداند تا در جهش نهایی به چشمه ای صاف و زلال مبدّل شود.

کسی از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله پرسید: می خواهم در نماز حضور قلب داشته باشم، پیامبر صلی الله علیه و آله فرمودند: «هنگام وضو دقت کن یعنی با توجه وضو بگیر و به معانی کارها دقت کن و دعاهایی(۱) که در موقع وضو گرفتن توصیه شده بخوان، برای مثال در هنگام دیدن آب بگو سپاس خدای را که آب را پاک قرار داد. یا هنگامی که آب را به دست راست می ریزی، بگو خدایا! نامه اعمالم را به دست راستم بده، و هنگام مسح پا بگو خدایا پای مرا بر روی صراط محکم بدار، روزی که پاها می لغزد.»(۲)

ل) نوافل

ل) نوافل

همراه هر یک از نمازهای واجب پنج گانه برخی نمازهای مستحبّی تعیین شده که پیش یا پس از آن به عنوان نوافل خوانده می شود. اقامه نوافل از اموری است که سبب حضور قلب در نمازهای واجب می گردد و نمازگزار بر اثر انجام این اعمال مستحبی، روح خود را برای عبادت ورزیده می کند.

هدف از عبادت و نماز تقرب به خداست. وقتی انسان همواره به یاد خدا باشد و قلبش را در محضر او حاضر ببیند، به خدا نزدیک شده است. در صورتی قلب انسان در محضر خدا حاضر می شود که حصار

۱- دعاهای وضو در رساله های عملی، بخش وضو ذکر شده است.

۲- چگونه حضور قلب در نماز پیدا کنیم؟ ع ـ حیدری، ص ۱۷، انتشارات ارم، قم.

شرک و ریا را در هم فرو بریزد و خداوند را از نزدیک حس کند. امام صادق (ع) به نقل از رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله می گوید: خداوند فرمود: «... و انّه لیتقرّب الیّ بالنّافله حتی احبّه؛ بنده به واسطه نوافل آنقدر به خدا نزدیک می شود که خدا او را دوست می دارد.»(۱)

شاید علّت نزدیکی انسان به خدا بر اثر خواندن نافله این باشد که خداوند از ورای این عمل اختیاری و مازاد بر تکلیف، شوق و شور بنده خود را مشاهده می کند و بدین جهت او را دوست می دارد و سزاوار مقام قرب می بیند. حاصل این نزدیکی و دوستی رابطه ای از روی معرفت و پایدار است و عابد مشتاق محبّت خداوند را به خود جلب می کند. نزدیکی به ساحت قدسی خداوند آثاری دارد که ظهور و نمود آن ها در نماز، حضور قلب و ذکر آدمی منعکس می شود. وقتی انسان آن قدر به خدا نزدیک شود که خداوند او را دوست بدارد در هنگام سخن گفتن با خداوند ذهن و قلبش به غیر خدا منحرف نمی شود.

افزون بر این، نوافل سبب می شود کاستی های باطنی نماز جبران شود و قسمت هایی از نماز که بدون حضور قلب خوانده شده، مورد پذیرش خداوند واقع شود. امام صادق (ع) می فرماید: «نافله برای جبران مقداری از نماز است که فاسد شده است.»(۲) و در روایت دیگری می فرماید: «نوافل برای جبران نواقص نماز قرار داده شده است.»(۳)

۱- اصول کافی، ج ۲، ص ۳۵۲.

۲- علل الشرائع، ج ۲، ص ۲۳.

۳- علل الشرائع، ج ۲، ص ۲۳.

موانع حضور قلب

اشاره

موانع حضور قلب

حضور قلب یکی از مهم ترین پـایه هـای نمـاز است که نقش اساسـی در شـکل گیری حقیقت نماز و انس با آن ایفا می کنـد. نمـازگزار قلب و ذهنش را در نمـاز متمرکز می کنـد و بـا تمام وجود در پیشـگاه حضـرت حق حاضـر می شود و به این شـکل حضـور قلب را محقق می کنـد. بـا توجه به اهمیّت حضور قلب در بحث انس بـا نمـاز، پس از بررسـی عوامـل حضور قلب، در ادامه موانع رسـیدن به حضور قلب در نمـاز را بررسـی می کنیم که به اجمـال عبـارت انـد از: پراکنـدگی خیال، حب دنیا، دنیا پرستی، وسواس در قرائت، گناه کاری، خودنمایی، عادت.

الف) پراکندگی خیال

اشاره

الف) پراکندگی خیال

بـا تـوجه به مـاهیّت حضور قلب که مسـتلزم تمرکز ذهن و قلب در یـاد و محضـر خـداست، به نظر می رسـد بزرگ ترین مـانع حضور قلب که بیشتر نمازگزاران به آن دچارنـد، پراکنـدگی قوه خیال است. به گونه ای که نمازگزار قـدرت اراده و مهار قوه خیال خود را نـدارد و افکارش پراکنده است و با خیال هَرزه و فراری و نافرمانِ خود، ناتوان از آن است که با تمام وجود، قلب و ذهنش را در محضـر خداونـد حاضـر کنـد. در این حـالت، قوه خیال و انـدیشه های او بخش مهمی از ذهن او را به غیر خـدا مشـغول می کنـد و حضور قلب را نـاممکن می سـازد. در چنین وضـعیتی بـا آن که نمـازگزار آداب ظـاهری نماز را به جا می آورد، امـا در باطن به جای دیگری چشم دوخته است؛ به گونه ای که در پایان نماز حتّی به یاد نـدارد که چه چیزی را بر زبان رانده است.

عوامل پراکندگی افکار در حال نماز را می توان به دو بخش علت های درونی و بیرونی تقسیم کرد:

عوامل درونی

اشاره

عوامل درونی

عوامل درونی پراکندگی افکار عبارتند از: وسوسه شیطانی، پرخوری، تندخوانی، پرخوابی، کسالت و خستگی و خودداری از دفع.

۱. وسوسه شیطان

در توصیف چالش نماز و شیطان در بخش های پیشین احادیثی را نقل کردیم که بر اساس آن ها باتوجه به ماهیت نماز و نقش آن در رشد روحی و کمال انسان بدیهی است که شیطان مانع از نمازگزاری ایده آل و مبتنی بر حضور قلب شود.

شیطان دایما از مجرای هوای نفس و «نفس امّاره» وارد عمل می شود و انسان را وسوسه می کند و اگر از یک راه موفق نشود، از راه دیگر وارد عمل می شود، تا این که مانع از حضور انسان در مقام قرب الهی شود. یکی از این دام ها که شیطان در خیال نمازگزار می پروراند این وسوسه است که، حضور قلب در نماز واجب نیست و لزومی ندارد نمازگزار در صدد تحصیل آن باشد. در حالی که در مورد اهمیت و ضرورت حضور و انس قلبی که در بخش اهمیت و ضرورت انس با نماز مطرح شد، شکی نیست.

پیامبر صلی الله علیه و آله در توصیف نقش وسوسه های شیطان در پراکندگی افکار در هنگام نماز می فرماید:

هنگامی که بنده خدا مشغول نماز می شود، شیطان به انسان می گوید: این را به یادآور، آن را به یاد آور تا این که نداند چطور نماز خوانده

است.(۱)

به این ترتیب شیطان از هر راهی وارد می شود تا تمرکز حواس نمازگزار را بر هم بریزد.

برای مبارزه با وسوسه شیطان در هنگام نماز، توجه به نقش شیطان در عبادت و مدد جستن از خداوند و مداومت بر آن در تمام مراحل زندگی، ضروری است.

۲. پرخوری

اشاره

پرخوری علاوه بر زیان های جسمی و فیزیولوژیکی، دارای زیان های روحی و روانی نیز هست، از جمله در نماز که از دو جهت مانع از حضور قلب نمازگزار می شود.

الف) لذّتِ خوردن و لذّتِ نماز

همه انسان ها از این جهت که لذّت جو و لذّت طلب هستند، تفاوتی با یکدیگر ندارند، ولی مصداق آن در افراد، متفاوت است و همه به یک شکل و از یک چیز به طور مساوی لذت نمی برند، بلکه نظام باورهای آن ها، در شکل گیری چگونگی لذت بردنشان تأثیر بسیار دارد. با توجه به این مطالب می توان گفت: برخی لذّت خوردن را بر لذّت نمازگزاری و نیایش ترجیح می دهند. چون لذات مادی و پاسخ گویی به نیازهای جسمی را در اولویت قرار می دهند و کمتر به فکر لذّت معنویِ ارتباط با قدرت برتر هستی می افتند. با این حال، چگونه آدمی که در طول شبانه روز، تنها در اندیشه خوردن غذاهای لذیذ است و انبار شکم را از انواع

۱- بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۵۹.

غـذاها انباشـته می سازد، می تواند با خدای خویش خلوت کند و با او انس بگیرد و چگونه می تواند به مرحله حضور قلب در نماز وارد شود؟ آیا کسی که لذت را صرفا این گونه تفسیر می کند، می تواند لذت مناجات را بچشد.

تـا زمانی که انسان در نماز حضور قلب نداشـته باشـد، لـذّت آن را نمی چشـد و انگیزه مـداوم و قوی برای نمازگزاری نـدارد. گذشـته از این، پرخوری نیاز جسـمانی انسان را تأمین و در مقابل قدرت روحی او را تضـعیف می کند. حضور قلب در نماز از نخسـتین امـور معنـوی و روحـانی اسـت کـه در اثر پرخـوری مـتزلزل می شـود و زمینـه منـاسبی را برای عـدم لـذّت انسـان از نمازگزاری فراهم می کنـد؛ و بـدیهی است وقتی انسان از چیزی لذت نبرد، احساس تعلّقی نسـبت به آن ندارد و ذهنش در آن مورد مشوّش است. بنابراین، اگر کسـی بخواهـد اولویت در لـذت جویی را برای خود تغییر دهـد، نیاز به تعریفی دوباره از این مقوله دارد و این که منطق جدیـدی را برای آن در نظر بگیرد، در غیر این صورت لـذّت نماز برای او محقق نخواهـد شـد. پس لـذت نبردن از یک موضوع، انگیزه لازم برای توجه کافی به آن موضوع و تمرکز فکر در آن را از بین می برد در نتیجه طبیعی است که در آن موضوع دچار پراکندگی فکر شود.

ب) آثار پرخوری

پرخوری علاـوه بر آثـار سویی که بر جسم دارد، روح را نیز بیمـار می کنـد و نمی توان از تـأثیر این دو بر یکـدیگر جلوگیری کرد. امام صادق (ع) می فرمایند:

برای قلب مؤمن چیزی زیان بارتر از پرخوری نیست. پرخوری باعث

قساوت قلب و تحریک شهوت می شود و گرسنگی، خورشت مؤمن و غذای روح و طعام قلب و صحت بدن است.(۱)

با این اوصاف، قلبی که قسی و سخت(۲) شود، قدرتِ رسیدن به حضور قلب را ندارد و حتی اگر به صورت مقطعی اراده آن را کند، آن چنان انعطاف خود را از دست می دهد که ناتوان از استمرار آن می شود. تحریک شهوت نیز بیش از پیش گرایش انسان به سوی لذت های آنی را تشدید و لذت عبادت را برای او بی معنا می کند. طبیعی است چنین کسی نمی تواند نماز را با حضور قلب و بدون تشویش خاطر برپا کند. علاوه بر آثار بد روحی، پرخوری سبب بی حالی می شود و نشاط را از بین می برد. به واقع، چنین فردی قدرت تمرکز بر یاد خدا را به دلیل کسالت از دست می دهد و کار مهم و ظریفی مانند رسیدن به حضور قلب در محضر خداوند از عهده او بر نمی آید.

ناگفته نماند آن چه ناپسند است، پرخوری و افراط در خوردن است که اختلال در انگیزه های معنوی ایجاد می کند وگرنه حس گرسنگی غریزه ای خدادادی است که آدمیان را برای زنده ماندن و نیرو گرفتن تحریک به خوردن و آشامیدن می کند؛ و روشن است که گرسنگی خارج از توان و فشار حاصل از آن، موجب اختلال در رسیدن به حالت های معنوی، از جمله حضور قلب می شود. به نظر می رسد روایاتی که در

۱- مستدرک الوسائل، ج ۳، ص ۸۰ .

۲- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «مَنْ لَعَوَّدَ کثرةَ الطعامِ و الشَرابِ قَسی قلبه؛ هر کس زیادی خوردن و آشامیدن، عادت او شود قلبش سیاه می شود.» نهج الفصاحه، ترجمه ابوالقاسم پاینده، ص ۵۷۳.

فضیلت گرسنگی وارد شده است،(۱) آن را تا حدّی مجاز می داند که موجب اختلال در کارکردهای طبیعی روح و جسم انسان نشود.

۳. شتاب در قرائت نماز

از موانع حضور قلب در نماز تندخواندن و شتاب در به پایان بردن نماز است که نشانه توجه نداشتن نمازگزار به نماز است. این دسته از نمازگزاران، نماز را فقط برای رفع تکلیف می خوانند، از این رو با اکراهی ناخود آگاه به نماز می ایستند و در نتیجه نیازی به تمرکز در خود احساس نمی کنند. نماز گزاردن آن گاه که با شتاب توأم می شود، از حضور قلب فاصله می گیرد، زیرا فکر، خیال و قلب آدمی همواره در اندیشه اتمام نماز و کارهای بعد از آن است. ما از اهمیت طمأنینه در نماز سخن گفتیم که نقطه مقابل آن شتاب زدگی نمازگزار است؛ امری که نمازگزار را از تمرکز باز می دارد و او را وادار می کند هر چه سریعتر نمازش را به پایان ببرد. ذهن چنین فردی در حال نماز مشوّش است و حواس پرتی او به طور دایم تکرار می شود، تا آن جا که در پایان نماز نمی تواند به یاد آورد که چه چیزهایی را بر زبان رانده است و از چه فرازهایی عبور کرده است. در پایان می توان گفت حضور قلب بدون طمأنینه و تفکر حاصل نمی شود و شتاب زدگی نیز با این عوامل متناسب نیست. از این رو پرهیز از خواندن شتاب زده نماز، زمینه آن را فراهم می کند که نمازگزار قلب خود را معطوف به محبوب واقعی نماید.

۱- علل الشرایع، ص ۲۷۰، میزان الحکمه، ج ۷، باب ۲۳۵۴.

روایات(۱) بسیاری نیز مؤید چنین معنایی هستند.

۴. خواب آلودگی دایمی یا پرخوابی

با وجود اهمیّت و تأثیر خواب در سلامتی روح و جسم باید گفت: خواب آلودگی یکی از آفاتی است که در روند نماز گزاری تأثیر بسیار دارد و هم سبب نمازگریزی و ترک نماز می شود و هم مانعی برای حضور قلب به شمار می آید. در تبیین تأثیر پرخوابی بر امر نماز، حضرت عیسی (ع) می فرماید:

ای بنی اسرائیل در خوردن زیاده روی نکنید که همانا محصول زیاد خوردن، بسیار خوابیدن است و هر کس بسیار بخوابد، نماز و عبادتش کم خواهد بود و آن گاه در زمره غافلان به شمار خواهد آمد.(۲)

امام صادق (ع) می فرماید:

خوابیدنِ فراوان، بر اثر آشامیدنیِ زیاد است و نوشیدن زیاد هم، بر اثر زیاد خوردن است و این دو سنگین کننده نفس از طاعت و عبادت هستند...(۳)

در این روایت نیز به دو پی آمد پرخوابی در شخص نمازگزار اشاره شده است: یکی سنگین شدن عبادت بر نفس؛ یعنی عبادت در نظر انسان، سنگین و مشکل به نظر می آید، در نتیجه با بی میلی به سراغ آن می رود. چون چنین فردی نماز را کار سخت و طاقت فرسایی می بیند و

۱- وسائل الشیعه، ج ۳، ص ۲۴.

۲- تنبیه الخواطر و نزهه النواظر، ص ۳۸.

۳- مصباح الشریعه، امام صادق (ع)، ترجمه عبدالرزّاق، ص ۲۵۳.

انگیزه کافی برای اقامه نماز وجود ندارد، امکان ترک نماز بسیار زیاد است.

در قسمت دیگر روایت، امام صادق (ع) می فرماید: پرخوابی سبب سنگدلی می شود، یعنی قلب را می پوشاند و مانع تفکر و تعمق قلب می گردد و چنین قلبی قادر به حضور قلب در نماز نیست. با از بین رفتن قدرت تفکر، تمرکز ذهن در محضر الهی ممکن نیست، در نتیجه پراکندگی خیال و تشتت افکار نمازگزار موجب می شود یکی از ارکان تفکر که سبب به نتیجه رسیدن تفکر می گردد، از بین برود که آن قدرت تمرکز است. کسانی که چنین قدرتی ندارند، قادر نیستند به خوبی فکر کنند. برای تقویت قدرت تفکر می بایست با اندیشه بر مطالب گوناگون شیوه صحیح فکر کردن را تمرین کرد تا در نهایت ذهن کار آزموده گردد. پرخوابی سبب می شود ذهن مجالی برای خودورزی نداشته باشد. در نتیجه، فردی که پرخواب است، قدرت تمرکز ذهن در حال نماز را نیز ندارد. به این ترتیب، پرخوابی در یک وجه مانع نمازگزاری و سبب ترک نماز است و در وجه دیگر سبب پراکندگی افکار می شود.

پرخوابی، جسم را بی حال می کند و موجب ناتوانی اراده می گردد و اعتماد به نفس آدمی را سلب می کند، که در نتیجه نسبت به معنویات عکس العمل منفی نشان می دهد... چنین فردی اگر خود را کنترل کند و از لذت سحر خیزی بهره مند گردد، متوجه می شود که چه نعمت عظیمی را از دست می داده است. با تنظیم خواب و سحر خیزی، همّت آدمی بلند

و اراده او راسخ و قدرت اعتماد به نفس اش افزایش می یابد.»(۱)

۵. سستی و خستگی

نماز را نباید در حال سستی و کسالت خواند، بلکه باید ابتدا خستگی را برطرف کرد، آن گاه به نماز ایستاد.

امام باقر (ع) می فرماید:

با بی حالی، خواب آلودگی و کاهلانه به نماز نایستید زیرا اینها از نشانه های نفاق است.(۲)

کسی که در مقابل خدا می ایستد، باید خود را در حضور او دیده و قلبش متوجّهِ او باشد. هنگامی که انسان با کسالت و بی حالی به عبادت می ایستد، نمی تواند قلب و ذهنش را در محضر و یاد خدا متمرکز کند. تمرکز ذهن و حضور قلب نیاز به شادابی دارد و انسان خموده، قدرت انجام کارهای ظریف را ندارد. از همین رو، پیش از ورود به وادیِ نماز زدودن خستگی های جسمی ضروری به نظر می رسد.

۶. خودداری از دفع ادرار

از عوامل عدم تمرکز در نماز خودداری از دفع ادرار است که به تبع آن فشارِ حاصل از خودداری، موجب عدم تعادل جسمی و به دنبال آن موجب عدم تمرکز حواس و قلب آدمی در نماز می شود.

امام صادق (ع) می فرماید:

کسی که در نماز دفع ادرار به او فشار می آورد، نمازش کامل نیست.(۳)

۱- علی اصغر عزیزی تهرانی، حضور قلب در نماز، ص ۸۲.

۲- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۹۸.

۳- سفینه البحار، ج ۲، ص ۴۶.

تمرکز حواس، افزون بر این که به شرایط روحی و روانی مساعد نیاز دارد، به شرایط جسمی مساعد نیز نیاز دارد. فشار ناشی از یک مثانه پر سبب می شود امکان تمرکز ذهن وجود نداشته باشد. روح و جسم بر روی یکدیگر تاثیر متقابل می گذارند، بنابراین نمی توان بی اعتنا به شرایط جسمی در اندیشه تعالی روح بود. رسیدن به یک آرامش جسمی زمینه را مهیا می کند که نمازگزار فارغ از فشارها به آرامش روحی بیندیشد و زمینه را برای رسیدن به حضور قلب آماده کند.

عوامل بیرونی

اشاره

عوامل بیرونی

پس از بررسی عوامل درونی تشویش خیال در هنگام نماز، نوبت به بررسی عوامل بیرونی می رسد تا با یک ارزیابی همه جانبه، مهم ترین موانع حضور قلب شناخته شوند.

عوامل بیرونی حضور قلب عبارت اند از: بیهوده گویی، چشم چرانی، محیط شلوغ، شرکت در مجالس آلوده، بی توجهی به احکام فقهی و آداب ظاهری و توجّه حواس ظاهری به امور خارجی.

۱. بیهوده گویی یا سخنِ لغو

از موانعِ حضور قلب، بیهوده گویی و پرگویی در زندگی روزمره است. بیهوده گو کسی است که مراقبتی بر زبان خود ندارد و زبان را بدون موافقت قلب، ایمان و عقل به حرکت در می آورد. چنین شخصی هیچ ملاک و معیاری برای سخن گفتن ندارد و هر چه در ذهن او منعکس می شود، بدون تعقّل، بر زبان می راند.

چون حالات آدمی در زندگی، با هم مرتبط است، نمی شود که شخصی در شبانه روز به لهو، لعب و بیهوده گویی بپردازد و آن گاه به سرعت حال خود را عوض کند و اعمال معنوی را با خلوص و توجه

کامل انجام دهـد. روح آدمی دایما در تحوّل و اثر پذیری قرار دارد و روحی که عادت به بیهوده گویی کرده است و از حرف های لغو و بی فایـده تأثیر می پذیرد، نمی تواند از معنویات متأثّر شود و در هنگام عبادت نیز در فکر آنچه نیست، سـخن گفتن بـا معبود خویش است. بیهوده گویی به طور طبیعی انسـان را از امور معنوی و روحانی باز می دارد و قـدرت تمرکز ذهن را در نمـاز تحلیـل می برد؛ زیرا بیهوده گویی تنها زبان را به کار نمی کشـد، بلکه با اشـغال حجم مهمی از انـدیشه فعّال آدمی جایی برای اندیشیدن درباره چیزهای دیگر باقی نمی گذارد و به تبع آن تراوشات زبانی را آلوده خود می کند. به راستی این پرسش مطرح است که آیا زبانی که به بیهوده گویی خو می گیرد، می تواند به سوی خداگویی رغبت نشان دهد؟

امام صادق (ع) در مورد تأثیر بیهوده گویی در قلب و کاهش قدرت روحی انسان می فرماید:

در غیر ذکر خـدا زیـاد سـخن نگوییـد. به راستی آنان که در غیر ذکر خـدا پر حرفی کننـد، دل هایشان سـخت می شود، لیکن خودشان نمی دانند.(۱)

با توجه به عوامل و آثار سـنگدلی،(۲) نقش بیهوده گویی در کاهش قدرت روحی انسان در پیشـگاه الهی مشـخص می شود؛ زیرا قلبی که سـنگدل می شود، نمی تواند در فضای بندگی که نرمش قلب را طلب می کند، دوام بیاورد. کسی که بیهوده گو است و بدون تعقل و تفکر

۱- بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۲۸۱.

۲- نک: شهید دستغیب، قلب سلیم، قساوت قلب.

تراوشات ذهنی خود را بر زبان می آورد، به تدریج اندیشه و قلب خود را در زنگاری از پریشان گویی و سخن لغو پوشیده می دارد تا آنجا که آن را برای خود امری طبیعی قلمداد می کند.

یکی از اموری که رهرو وادی عشق را از حرکت و نیل به مقصد باز می دارد و مانع توجه و حضور قلب می شود، کلام غیرضروری است که بر زبان رانده می شود. زبان هدیه خداوند متعال به انسان است تا بدین وسیله ارتباط خویش را با دیگران محقق سازد. بیهوده گویی ضایع کردن این نعمت بزرگ الهی است که در پی خود بر پریشانی فکر می افزاید و چون علف های هرز از روییدن بذرهای الهی در قلب و اندیشه جلوگیری می کند و فرد نمی تواند نسبت به خداوند متعال توجه کامل و حضور قلب پیدا کند.

۲. چشم چرانی

چشم چران کسی است که کنترل چشم خود را ندارد. چشم چرانی در درجه نخست پیش از این که برای دیگران مزاحمت و ناراحتی ایجاد کند، برای خود شخص زیان بار است و موجب آشفتگی و بی تفاوتی نسبت به معنویات به ویژه نماز می گردد. کسی که به چشم چرانی معتاد است، فکر، خیال و قلبش حریصانه مشغولِ دیدن آنچه می شود که چیزی جز آشفتگی خاطر و تشویش ذهن به دنبال ندارد و هنگام عبادت، قوه خیالش با این آشفتگی به پرواز در می آید و بر شاخه هایی می نشیند که آن را با چشم خود رویانده است.

ز دست دیده و دل هر دو فریاد

که هر چه دیده بیند دل کند یاد

بسازم خنجری نیشش ز فولاد

زنم بر دیده تا دل گردد آزاد

امیر المؤمنین (ع) می فرماید:

العینُ جاسوسُ الْقَلبِ و بَریدُ الْعَقل(۱)

چشم، جاسوس قلب و فرستاده عقل است.

مقدار زیادی از تفکرات انسان حاصل آن چیزی است که دیده است و بسیاری از اوقات یک نگاه، تحول زیادی در انسان ایجاد می کند و فکرش را آن چنان به خود مشغول می سازد که نمی تواند به چیز دیگری بیندیشد. بسیاری از روابط غیر اصولی و زیان بار دو جنس مخالف از یک نگاه شروع می شود. بیهوده نیست که در روایات نگاه به نامحرم، به تیر سمی پرتاب شده از جانب شیطان تشبیه شده است. با آن که همه گناهان تیری از تیرهای شیطان است، ولی سمی بودن تیرِ نگاه سرّ دیگری دارد؛ و همان گونه که سم بعد از مدّتی اثر می کند، تیر سمی نگاه نیز با گذشت زمان شکار خود را از پای در می آورد. تأثیر نگاه آن چنان امتداد می یابد که نماز نیز از آن مصون نمی ماند و شیطان نیز هر دم آنچه را دیده، به یادش می آورد.

۳. مکان شلوغ و پرهیاهو

تمرکز به آرامش نیاز دارد و چون تمرکز ذهن و قلب در نماز نیز به چنین آرامشی نیازمند است، هر گونه عاملی که از آرامش ما و در نتیجه حضور قلب در برابر خداوند جلوگیری کند، دامی از سوی شیطان

۱- بحارالانوار، ج ۱۰۴، ص ۴۱.

خواهـد بود. بـدین جهت، نوعِ مکان نمازگزار اهمیّت بسیار دارد و نمی توان آن را نادیده گرفت. در محیطی که افراد رفت و آمـد می کننـد و سـر و صدای زیادی وجود دارد، مانند اتاقی که در آن تلویزیون روشن است یا بچه ها مشـغول بازی هسـتند، نمی توان انتظـار داشت نمـازگزار بـا حضور قلب کامل، تمام فکر، قلب و وجودش را در محضـر حق تعالی حاضـر گردانـد. به طورطبیعی، مکـانِ شـلوغ حواس پرتی و پراکنـدگی افکـار نمـازگزار را به دنبـال دارد. از این رو نماز خوانـدن در مقابل انسان دیگر، مقابـل دری که بـاز است، در جـاده و خیابـان و کـوچه اگر برای کسـانی که عبور می کننـد زحمت نباشـد و چنـان چه زحمت باشـد، حرام ولی نمـاز باطل نیست. روبه روی عکس و مجسـمه چیزی که روح دارد و در جایی که عکس باشـد، اگر چه روبه روی نمازگزار نباشد، مکروه است.(۱)

۴. شرکت در مجالس آلوده به گناه

مجلس گناه و هر محیط فاسـدی جو روحی انسان را فاسد می کند و زمینه را برای آلودگی روحی انسان مهیا می کند و انسان نمی توانـد از تـأثیر یـک محیط فاسـد به روی خود به طور مطلق جلوگیری کنـد. به همین جهت، به میزان تأثیر پـذیری از یک مجلس گناه یا محیط فاسـد، معنویات ضـعیف می شود. شاید به همین دلیل نباید به خیال قدرت مقاومت، در مکان های فاسـد درنگ کرد.

اثر پذیری به دو صورت ممکن است رخ دهد:

۱- حضرت امام، رساله توضیح المسائل، مسأله ۸۹۸ .

گاهی اثر پذیری به این گونه محیط ها آن چنان زیاد است که سعادت دنیا و آخرت آدمی تحت الشعاع قرار می گیرد و به ترک معنویات می انجامد که در این صورت خوشبختی و لذت واقعی و حقیقی از زندگی هم رخت بر می بندد. در برخی موارد نیز، تأثیر پذیری، منجر به ضعیف شدن و سهل انگاری در امور معنوی، مخصوصا نماز می گردد. این کمترین اثری است که مجلس گناه و محیط فاسد بر روی انسان می گذارد.

هم نشینی با گناهکاران، روان آدمی را بیمار کرده و اسارت نفسانی را شدت می بخشد و ذهن را آشفته می کند.

چگونه ممکن است کسی در مجلس فساد، به هوس رانی مشغول شود و بعد هم در محضر خدا حاضر شود؟

چگونه ممکن است چشم ها به تماشای تصاویر مبتذل و فیلم های مستهجن عادت کند و خاطره آن ها در نماز مزاحمت ایجاد نکند و ذهن را مشوّش نگرداند؟

و چگونه خداوند در قلبی که «غیر» جولان می دهد، جلوه می کند؟ این چنین قلب و ذهنی چون به نماز ایستد، نمی تواند به آسانی از حجاب های نفسانی عبور کند و در محضر خداوند حاضر شود، مگر آن که به خود آید و مشمول عفو و رحمت الهی گردد.

۵. بی توجهی به احکام فقهی و آداب ظاهری

از دیگر عوامل عدم تمرکز در نماز، انجام دادن مکروهات و حرکت های اضافی همانند بازی کردن با سروریش و لباس و اعضای بدن، خاراندن بدن، به اطراف توجه کردن، پوشیدن لباس و جوراب

تنگ، خمیازه کشیدن اختیاری، نگاه کردن به آسمان، گذاشتن دست به کمر، فشار دادن بند انگشت ها، مقابل آتش ایستادن، مقابل در باز ایستادن و.. است. انجام دادن این امور، اگر چه موجب بطلان نماز نمی شود، ولی سبب عدم تمرکز و عدم حضور قلب در نماز می شود؛ چون حواس آدمی با کوچک ترین حرکت و عمل اضافی، مشغول می شود. از این رو نمی توان رعایت این گونه آداب ظاهری را کم اهمیّت شمرد. گذشته از این، با رعایت احکام ظاهری که همه آن ها نشانه ادب در پیشگاه الهی است، اهمیّت نماز عبادت و معبود به قلب دو چندان می شود و با گذشت زمان، زمنیه مساعدی برای شکل گیری ادب باطنی و حضور قلب ایجاد خواهد شد.

در روایات نیز رعایت آداب ظاهری نماز از جنبه های گوناگون تبیین شده است:

امام باقر (ع) می فرماید:

در نماز با دست و ریش خود بازی مکن و در دل، حدیث نفس مکن و در هنگام نماز، خمیازه مکش و قامت کِشی مکن.(۱)

در روایت دیگر آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله مردی را دید که در نماز با ریش خود بازی می کرد، حضرت فرمودند: «آگاه باشید اگر قلب او (برای خدا) آرام بود، اعضا و جوارحش نیز آرام بود.(۲)

۱- بحار الانوار، ج ۸۴، ص ۲۰۱.

۲- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۸۶.

۶. حواس ظاهری و امور خارجی

یکی دیگر از عوامل عدم تمرکز در نماز متوجه شدن حواس پنج گانه به امور خارجی است؛ زیرا قلب و ذهن به منزله حوضی هستند که تراوشات این پنج حس به آن می ریزند و به واسطه آن ها صورت های معانی بر قلب وارد می شوند؛ به طوری که به واسطه دیدن تصویری یا شنیدن صدایی چندین صورت خیالی در ذهن وارد می شود و به دنبال آن، قلب را مشغول خود می کند.

اگر در هنگام نماز گوش آدمی چیزی را بشنود یا چشم چیزی را ببیند ذهن و قلب نمازگزار متوجه آن امر شنیدنی یا دیدنی می گردد و از خدا و توجه کامل به او باز می ماند و چه بسا با شنیدن یک کلمه، خاطره های زیادی در ذهن او نقش ببندد و تا آخر نماز او را مشغول سازد، تا آنجا که در آخرین لحظه متوجّه می شود که از نماز فارغ شده است، در حالی که در طول نماز فکرش مشغول به غیر خدا بوده است. این حالت می تواند نمازگزار را از توجه کافی به نماز بازدارد و حتی در ناخودآگاه او به یک عادت ذهنی تبدیل شود، تا آنجا که به محض ایستادن به نماز به دنیای تخیّلات خود وارد شود. حضرت امام خمینی رحمه الله در این زمینه می گوید:

مانع حضور قلب در عبادت، تشتّت خاطر و کثرت و ارادت قلبیه است و این گاهی از امور خارجیه و طرق حواس ظاهره حاصل می شود. مثل آن که گوش انسان در حال عبادت چیزی را بشنود و خاطر به آن متعلق شده، مبدأ تخیّلات و تفکّرات باطنیه گردد و واهمه و متصرفه در آن تصرّف نموده، از شاخه ای به شاخه ای پرواز کند، یا چشم انسان چیزی ببیند و منشأ تشتّت خاطر و تصرّف متصرّفه گردد و دیگر حواس انسان

چیزی ادراک کند و از آن انتقالات خیالیه حاصل شود.(۱)

برای رفع این گروه از عوامل عدم تمرکز در نماز، بستن چشم و انتخاب مکان خلوت و تاریک برای نماز توصیه می شود.

شهید ثانی در این مورد می گوید:

از برای شخص ضعیف که فکرش به اندک چیزی که چشمش می بیند یا گوشش می شنود، متفرق می شود، علاج آن است که چشم های خود را ببندد و یا در خانه تاریکی نماز بخواند یا آن که در مقابل خود چیزی نگذارد که جلب نظر او کند.(۲)

هر چند نباید این نکته را فراموش کرد که بستن چشم یا انتخاب مکان خلوت و تاریک نمی تواند به تنهایی زمینه را برای حضور قلب فراهم کند؛ زیرا قوّه خیال و حُبّ دنیا در تاریک ترین جا و بی سر و صداترین مکان نیز انسان را به حال خود رها نمی کنند، پس انسان در مرحله نخست، باید به درون خود رجوع کند که تا چه میزان فضای خلوت با او سازگاری دارد؟ چه بسا برخی از افراد در مکان شلوغ با تمرکز بیشتر به نماز مشغول می شوند؛ زیرا قوه خیال در تاریک ترین مکان ها خواهد آمد و تنها بسته به شرایط روحی اشخاص می تواند مؤثّر واقع شود. با این حال، باید به این نکته امیدوار بود که با تمرین می توان بر چنین مشکلی فایق آمد.

در این جا مهم ترین مانع حضور قلب، یعنی پراکندگی خیال و حواس پرتی را بررسی می کنیم.

۱- امام خمینی، آداب الصلاه، ص ۴۳.

۲- شهید ثانی، التنبیهات العلیه علی وظایف الصلوه القلبیه، ص ۱۱۰.

ب) وسواس در قرائت

ب) وسواس در قرائت

هـدف اصـلی از عبادت، تحصـیلِ مقامِ توجه کامل به خداوند و کناره گیری از غیر است. از این رو موانع گوناگون این راه هر چه باشند، باید بر داشته شوند. یکی از این موانع، وسواس در قرائت است که موجب می شود نمازگزار از باطن و حقیقت نماز غافل شده و تنها به ظاهر کلام توجّه کند؛ یعنی به جای توجّه کردن به معانی نماز و کسب حضور قلب به چگونگی تلفظ واژه ها مشـغول گردد. اگر چه رعایت قرائت از شـرایط صـحّت نماز است، ولی این شـرط ظاهری و صوری را بایـد درحـدِّ تکلیف انجام داد و از توجّه خارج از قاعده به چگونگی ادای کلمات پرهیز کرد.

برخی می خواهند به واسـطه قرائت صـحیح، تمرکز حواس کامل پیدا کنند، ولی کم تر به مقصود خود می رسـند؛ زیرا شخص آن چنان گرفتار ادای کلمات می شود که از یاد می برد هـدف از ادای این عبارت ها، گفت وگویی صـمیمانه با حضـرت حق است. امام خمینی رحمه الله در این مورد می گوید:

از شـئون وسوسه که ابتلای به آن زیادتر است، وسوسه در قرائت است که به واسـطه تکرار آن گاهی از قواعد تجویدیه خارج می شود... و بالاخره نمازی که معراج مؤمنان و مُقَرَّب متّقین و عمود دین است، از جمیع شـئون معنویه و اسرار الهیه آن غفلت شـده و به تجوید کلمات آن پرداخته... این همه اخبار، درباره حضور قلب و اقبال آن در عبادت ها وارد شده، بیچاره چیزی را که از حضور قلب علما و عملاً فهمیده است، همان وسوسه در نیت و کشیدن مد «و لا الضاّلّین» بیش از اندازه

مقرر و کج نمودن چشم و دهان و غیر آن در وقت ادای کلمات است.(۱)

برای رفع این مـانع حضور قلب، آشـنایی به ظـاهر و باطن نماز، پیروی از الگوهای دینی و تصـمیم بر ترک وسواس توصـیه می شود. خداونـد غفور و مهربان از ورای هر زبان و لهجه ای، آن چه را ارج می نهـد، حضور قلب بنـده نمازگزار است و اگر هم بر قرائت صـحیح تاکیـد شـده، به دلیـل آن است که این عبـادت بـا اهمیّت، سرسـری گرفته نشـود و نمـازگزار، آداب ظـاهری ملاقات با خداوند را نیز رعایت کند. نه آن که چنان در بند آداب باشد که مخاطب خویش را از یاد ببرد!

ج) خودنمایی

ج) خودنمایی

اخلاـص قلبی از شـرایط مهمّ نمـاز است و نقطه مقـابلش ریـا به عنوان آفتی بزرگ تلقی می شود. اخلاص یعنی پاک کردن و خـالص نمودن وخالی کردن نیت از انگیزه های غیر خـدایی و ریا، به معنای تظاهر کردن به اعمال و عبادات در نزد مردم برای جلب توجه آنان در شهره شدن به عابد بودن و پاک زیستن است.

اگرچه ریا و اخلاص مراتبی دارد، ولی آنچه مورد بحث ماست، مفهوم مطلق این دو رویکرد است.

علاـوه بر آن که بایـد آداب ظـاهری نمـاز مـورد توجه باشـد، نیت و انگیزه برپـایی آن نیز بایـد خـالص و برای خـدا باشـد. در حقیقت، نیت و انگیزه خالص نمازگزار همانند روحی است که در کالبد عمل دمیده می شود و آن را زنده می گرداند.

۱- امام خمینی، اربعین حدیث، ص ۴۰۴.

حضور قلب یعنی حاضر بودن قلب در محضرِ خداوند و خالی کردن قلب از اغیار و ریا یعنی غیر خدا را در نیّت آوردن؛ با این تعریف، نمازگزاری که در عبادت خود ذهنش را به غیر خدا معطوف می کند و جلب توجّه دیگران راهدف قلبی خود قرار می دهد، چگونه قلب خود را در محضر خدا حاضر ببیند. چنین فردی چیزی بیشتر از به جا آوردن یک آداب ظاهری را انجام نمی دهد و نباید توقّع آن را داشته باشد که چنین نمازی از سوی حضرت حق پذیرفته شود. چون ریا قلب را فرا می گیرد، نباید انتظار داشت که نماز با حضور قلب بر پا شود. به عبارت دیگر، ریا مانع حضور قلب است و خلوص پدید آورنده حضور قلب، که هر چه عمل خالصتر باشد، تحصیل حضور قلب آسان تر است.

برای آن کس که ناخودآگاه به آفت ریا مبتلاست، شناسایی ریا و آفات آن، آگاهی از معنای اخلاص و تأثیر آن بر روح آدمی، مطالعه احوالات مخلصین، توجه به معنا و حقیقت و فلسفه عبادت و درک عظمت الهی و تصمیم واقعی بر ترک ریا همراه با استعانت از خداوند متعال می تواند راه گشا باشد. برای آن کس که آگاهانه ریاکاری را پی می گیرد و روح عبادت را به مسخره می گیرد، چیزی نمی توان گفت، مگر آن که دیری نمی گذرد این سراب جای خویش را به حقیقتی روشن می دهد و خلق خدا نیز بر ماهیت چنین عبادتی آگاه می شوند.

د) عادت در عبادت

د) عادت در عبادت

یکی از موانعِ حضور قلب و اسباب غفلت در نماز، عادت و شرطی شدن در عبادت است. (در روان شناسی، شرطی شدن به معنای بروز رفتاری مشخص در واکنش به محرک های محیطی است، به صورتی که

با تکرار آن شرایط، شخص مورد نظر به انجام آن عمل می شتابد، بی آن که به نیازهای درونی خود بیندیشد.) به این معنا که انسان اصل نماز و افعال و اذکار آن را به صورت فیزیکی و از روی عادت به جا آورد؛ به طوری که به حقیقت و روح نماز (حضور قلب) توجه نداشته باشد. برای توضیح بیشتر چند مقدمه می آوریم:

عادت یعنی خو گرفتن به عملی یا چیزی، به گونه ای که آدمی به راحتی و بدون تفکر و به صورت خودکار، آن عمل را انجام دهد.

عادت در دو قسم عمده طبقه بندی می شود: نخست عادتی که کنش فعال شخص است و به واقع اختیار می شود و دوم عادت انفعالی(۱) که در روایات از آن نهی شده است و به معنای عادتی است که انسان، تحت تأثیر یک عامل خارجی، آن را دنبال می کند که به تعبیر دیگر همان شرطی شدن در قبال محرک های محیطی است.

عادت انفعالی ویژگی هایی دارد که عبارت اند از:

۱. عادت انفعالی موجب وابستگی انسان به عمل یا چیزی می گردد؛ به طوری که اختیار، اراده و آزادی را از او سلب می کند و در حقیقت عمل به صورت ناخودآگاه و از روی عادت انجام می شود.

۲. عادت انفعالی، ارزش و آثار سازنده یک عمل را خنثی می کند؛ یعنی حتّی اگر یک عمل اخلاقی به صورت عادت درآید، ارزش خود را در وجوهی از دست می دهد؛ زیرا بخش مهمی از ارزش یک عمل به آگاهانه و ارادی بودن آن است. در حالی که عملِ مبتنی بر عادت از

۱- نک: مرتضی مطهری، تعلیم و تربیت، بحث عادت.

ناخودآگاه انسان فرمان می گیرد و در نتیجه از محتوای حقیقی خود خالی می شود. به عبارت دیگر، ارزش فعّالِ هر کاری بسته به آن است که تا چه میزان اراده و توجّه آدمی را به خود جلب کند؛ زیرا عمل از روی عادت موجب می شود که به تدریج اراده و روح مندرج در عمل از آدمی سلب گردد، به شکلی که عمل ماشین وار انجام می گیرد، بی آن که تاثیری جدی از خود باقی بگذارد.

۳. کاری که نخست مشکل به نظر می آید، با برخورد فعّال، تمرین و تکرار آسان می شود، به گونه ای که به صورت عادت می شود، اما زمانی که عادت شد، مسیر دیگری را می پیماید.

۴. ترک کردن عملی که به صورت عادت درآید، مشکل است. امام حسن عسگری (ع) می فرماید:«ردّ المعتاد من عادته کالمعجز؛ برگشتن معتاد از عادت، کاری شبیه معجزه است.»(۱)

۵. هر چه انسان در عادت خود بیشتر فرو رود، از توجّهش نسبت به روح عمل کم می شود و به تدریج از حالت ارادی و آگاهانه بودن خارج شده و به یک عملِ ناخودآگاه تبدیل می شود. این که روح و حقیقت بیشتر اعمال و سنت های مذهبی فراموش شده، به دلیل آن است که آن امور به صورت عادت در آمده است. به طوری که روح اعمال فراموش شده و تنها ظاهر اعمال مدّ نظر قرار می گیرد.

چون حضور قلب در نماز بستگی به میزان آگاهی و توجه قلبی نمازگزار دارد، از این رو اگر نماز به صورت یک عادت انفعالی در آید،

۱- بحار الانوار، ج ۶۹، ص ۲۵۸.

موجب غفلت و عدم حضور قلب در نماز می شود؛ به نحوی که موجب می شود گاهی انسان تمام افعال و اذکار نماز را از روی عادت انجام می دهد، بدون این که در پایان چیزی از آن عمل را به خاطر داشته باشد.

در روایات آمده است گاهی حتی طولانی کردن نماز به صورت عادت در می آید و معنای حقیقی و روح خود را از دست می دهد. امام صادق (ع) در این مورد می فرماید:

به طولانی کردن رکوع و سجود کسی نگاه نکنید؛ زیرا شاید این چیزی باشد که به آن عادت کرده است که اگر ترکش کند وحشت می کند، ولی راستی در گفتار و ادای امانتش را در نظر بگیرید.(۱)

بنابراین، روشن شد که حتی با ارزش ترین اعمال انسانی و عبادی، اگر به شکل عادت در آید، روح خود را از دست می دهد و در نتیجه تا حدود زیادی اثر حیات بخش آن خنثی خواهد شد؛ به گونه ای که حتی این خطر وجود دارد شخص به نَفْس عمل خود تردید کند و آن را کار بیهوده ای بپندارد. به عبارت دیگر، نمازی که ماشین وار و بدون توجّه به هدف اصلی آن برپا می شود هم چون عادت های روزمرّه در خطر نابودی است. این عادت ها هر از چند گاهی روح آدمی را به تسخیر خود در می آورند سپس از میان می روند؛ مانند بسیاری از نمازگزارانی که این عبادت راترک گفتند. انجام این عمل ناخود آگاه در بلند مدت منجربه یک احساس پوچی شود و آدمی در برابر این پرسش قرار بگیرد که چه فایده ای از این عمل تکراری نصیب او می شود؟

۱- عیون اخبار الرضا، ج ۲، ص ۵۱.

البته این که گفته شد هر گاه عبادت به صورت عادت درآمد، مذموم است، به این معنا نیست که ضرورت استمرار و مداومت در عبادت را نفی کنیم، بلکه منظور آن است که کثرت ظاهری اعمالِ عبادی به تنهایی ملاک ارزش گذاری نیست، بلکه مقدار توجه و آگاهی در عبادت دارای نقش تعیین کننده است. اگر خواهان حضور قلب در نماز هستیم، باید مواظب باشیم تا اعمال را از سر عادت انجام ندهیم و هر نمازی را باب جدیدی در گفت و گو با خداوند ببینیم. از همین رو مردان الهی، در عین کثرت عبادت و دعا به مقدار توجه و آگاهی خود در اعمال می افزایند و در نتیجه به بهترین و برترین شکل از عبادت بهره می برند.

برای پرهیز از یکنواختی عادت گونه در نماز می توان به چند روش عمل کرد:

۱. هر کس با توجه به روحیات و شرایط خودش در نماز تنوع ایجاد کند. برای مثال در زمان و مکان متعدد نماز بخواند و حتّی در رکعت های اول و دوم بعد از قرائت سوره حمد، تنها به خواندن سوره اخلاص اکتفا نکند و هر بار سوره های جدیدی را قرائت کند.

۲. آگاهی از فلسفه و اسرار نماز که بدون شک نیاز به مطالعه جدّی نمازگزار دارد.

۳. احساس نیاز نسبت به نماز و این که خود را محتاج گفت وگو باخداوند ببینیم.

۴. الگو پذیری از نمازهای ائمه (ع)، علماو عرفا با دقت در روش ها و شیوه هایی که آن بزرگان به کار می بسته اند.

۵. تصمیم به حضور قلب و عبادت آگاهانه که بی تردید اصلی ترین مدخل ما در ورود به وادیِ حضور قلب است.

«دنیا پرستی» و «گناه آلودگی» دو مانع دیگر برای حضور قلب هستند که پیش تر بحث شد. علما و عرفا نیز در کتاب های متعددی در مورد موانع حضور قلب بحث کرده اند.(۱)

۲. روحیه نیایش

اشاره

۲. روحیه نیایش

یکی از حقایق بسیار سازنده ابعاد وجودی بشر، دعا و نیایش(۲) با مقامِ ربوبی است. انسان ها به وسیله این ارتباط مستقیم، در حوزه جاذبه مبدأ کمال قرار می گیرند.

نیایش و دعا از اساسی ترین عوامل رشد معرفتی انسان به واقعیات پنهان آفرینش است؛ زیرا انسانِ دعا کننده در عین آمادگی برای اتّصاف به بهترین صفات و مَلَکات به دلیل قرار داشتن در اوج نیاز، تمامی وجودش مستعدّ دریافت حقیقت می گردد. از این رو می توان گفت دعا همواره انسان را در «معبدِ بزرگِ دنیا» در کشف حقایق به پیش می راند.

نخستین وجه سازنده نیایش در انسان آگاه، تشدید نیاز او در روند کمال جویی است. به گونه ای که او را تحت تاثیر جاذبه کمالِ مطلق و در موضعی فوق طبیعت و جریانات قانونی قرار می دهد. خداوند متعال این جهان را با نظام معین و دقیقی بر اساس حکمت خود آفرید و سلطه و نظاره دایمی خود را بر آن قرار داد و انسان نیز در این نظام قرار گرفت.

۱- نک: محمد بدیعی، حضور قلب در نماز از دیدگاه عالمان ربانی و عارفان الهی، انتشارات تشیّع، قم.
۲- نک: مقدمه علامه جعفری بر کتاب دیار عاشقان نوشته حسین انصاریان، انتشارات پیام آزادی.

انسان برای اینکه فراتر از این نظام حرکت کند و یا احیانا در آن تحولی ایجاد نماید تا محکوم به قوانین آن نباشد می بایست با خالق هستی ارتباطی عمیق و گسترده برقرار کند و نیایش قدمی است در این راه. انسان نیایشگر هماهنگ با نظام آفرینش حرکت می کند و کثرت های موجود را در ظرف وحدت می بیند به همین جهت اسیر کثرت ها نیست.

عبادت، خط سیری از ماده به معنا

عبادت، خط سیری از ماده به معنا

عظمت خدا، احساس فقر و وابستگی، توجه به نعمت ها و فطرتِ انسان را، به پرستش و بندگی که هدف خلقت است وادار می کند و عبادت فانی را باقی می سازد و مادیات را به معنویات تبدیل می کند و سبب سازندگی فرد و جامعه می شود. عبادت باید آگاهانه، عاشقانه، خاضعانه،مخفیانه و خالصانه باشد،شرط اعتقادی (ایمان به خدا) شرط سیاسی (ولایت) شرط اخلاقی(تقوا) شرط اقتصادی(ادای حق مردم)، شرط اجتماعی (خیرخواهی نسبت به دیگران) شرط خانوادگی (خوشرفتاری و محبت) از شرایط قبولی عبادت است.(۱)

نماز و نیایش

اشاره

نماز و نیایش

نماز، برترین نیایش و جلوه تابناک عبادت است. نماز از ارکان اصلی و عمده بندگی و نیایش است. از این رو، بندگی، با نماز و نیایش معنایی دیگر به خود می گیرد، تا آن جا که می توان گفت معنای حقیقی و اصلی نماز در بندگی و نیایش جلوه می کند. بدین جهت نمازگزاری که روح نیایش را درک نکند و تنها به ادای آداب ظاهری نماز اکتفا کند،

۱- پرتوری از اسرار عبادت، محسن قرائتی، برگرفته از بخش اول.

نمی توانـد نماز را کامل و صـحیح تصور کنـد، خود را از ورود به فضای بندگی محروم کرده است. روحیه نیایش، نماز را در نظر انسان به عنوان وسـیله ای برای نیایش با آفریـدگار جلوه گر می سازد و چون این روحیه نباشـد، نماز از معنای واقعی خود تهی می گردد و به کالبدی بی جان تبدیل می شود.

برای تعمیق روحیه نیایش در انسان نمازگزار عوامل خارجی و عوامل داخلی را باید توأمان در نظر گرفت. از جمله این عوامل، می توان به موارد زیر اشاره کرد:

عوامل خارجی:

عوامل خارجی:

۱. بیان مفهوم صحیح و دقیق دعا و نیایش؛(۱)

۲. آسیب شناسی دعا و نیایش ؛(۲)

۳. بررسی مضامین برخی از ادعیه ائمه (ع) و زیارات(۳) (شرح ادعیه و زیارات)؛

۴. معرفی و تشریح کتاب هایی که به نقل و جمع آوری ادعیه پرداخته

۱- نک: عبدالکریم سروش، حدیث بندگی و دلبردگی، صص ۹۲، ۶۲، ۱۵۸، ۱۸۰، ۱۸۵، ۱۸۶، ۲۲۵، ۲۲۷؛ مرتضی مطهری، گفتار معنوی؛ مرتضـی مطهری، بیست گفتار؛ صص ۳۴۱ تا ۳۵۹؛ عبـداللّه جوادی آملی، حکمت عبادات؛ اسداللّه گرمارودی؛ راز و رمز نیایش.

۲- نک: حدیث بندگی و دلبردگی، ص ۲۵۰.

۳- نک: عبداللّه امیدی فرد، نقش دعا در زندگی اجتماعی، انتشارات میثم تمار؛ حسین انصاریان، دیار عاشقان؛ جوادی آملی، ادب فنای مقربان؛ تحلیلی از حماسه سیاسی، تاریخی زیارت عاشورا، محمد رسول دریایی؛ احمد زمردیان، گفتار فلسفی شرح و تفسیر دعـای مکـارم الاخلاـق؛ عشق و رسـتگاری، زهره صـفاتی، زیـارت در پرتو ولایت؛ علی اصغر عزیزی تهرانی، شـرح زیارت عاشورا.

است؛(۱)

۵. بازگویی داستان هایی از نیایش انسان های وارسته؛(۲)

۶. الگو سازی (بررسی دعا و نیایش ائمه و بزرگان، نیایش رزمندگان در جبهه، بیان نیایش ائمه و پیامبر)؛

۷. تقویت احساس مذهبی؛

۸. بازخوانی جلوه های هنریِ مناجات و دعاهای ائمه (ع) (نکات ادبی، عرفانی، زیبا شناختی)؛

۹. بررسی جامعه شناسانه دعا و مناجات و تأثیر آن در ساختار اجتماعی؛

۱۰. توجه به آثار روان شناسی آن (ذکر درمانی و دعا درمانی)؛

۱۱. ارزیابی دیدگاه های اندیشمندان درباره دعا.(۳)

عوامل داخلی:

اشاره

عوامل داخلی:

عوامل درونی به دو دسته عوامل شناختی و رفتاری تقسیم می شود.

الف) عوامل شناختی

اشاره

تعمیق روحیه نیایش به در نظر گرفتن برخی عوامل شناختی باز می گردد؛ یعنی هر فردی برای این که ضرورت نیایش را درک کند، می بایست برخی شناخت ها را کسب کند و نظام معرفتی خود را تکمیل سازد که موضوعات زیر را دربرمی گیرد: درک عظمت خدا، احساس نیاز،

۱- نک: نقش دعا در زندگی اجتماعی؛ شیخ عباس قمی، مفاتیح الجنان؛ سید بن طاووس، الاقبال؛ صحیفه سجّادیه؛ سید هاشم رسولی محلّاتی، صحیفه علویه دعاها و مناجات های امیرالمؤمنین (ع).

۲- علی میر خلف زاده، داستان هایی از اذکار مختوم و ادعیه مجرب، انتشارات مهدی یار؛ علی میرخلف زاده، قصص الدعا یا داستان هایی از دعا.

۳- نک: مهدی قاینی، دعا از نظر دانشمندان، انتشارات دارالفکر؛ الکسیس کارل، نیایش، ترجمه: دکتر شریفی.

توجه به آثار روانی و تربیتی نیایش، هنر در نیایش، اعتقاد به اختیار، معارف نیایش، مطالعه شرح حالِ نیایشگران.

۱. درک عظمت خدا

نیایش، تواضع در برابر خداوند و قدرت لایتناهی الهی است. آنچه انسان را به نیایش و تواضع در برابر خداوند سوق می دهد، درک عظمت خداوند است. تا وقتی که انسان گستره علم و قدرت الهی را باور نداشته باشد و تمام موجودات را آفریده خدا نبیند و معتقد نباشد که آنچه در عالم اتفاق می افتد، تجلّی اراده الهی است، به ضرورت نیایش پی نخواهد برد.

۲. احساس نیاز

نیایش یکی از نیازهای روحی بشر است. آرامش و امنیت روحیِ مداوم و حقیقی انسان در سایه ارتباط با خداوند متعال به وجود می آید. به طور معمول انسان ها نیازهای جسمی خود را درک می کنند، ولی درک نیازهای روحی روند پیچیده تری را طی می کند، چون غالبا این گونه نیازها در نگاه اول قابل شناسایی نیست.

افزون بر این، فشارهای روحی و روانیِ عصر مدرن، امنیت روانی همه انسان ها را به چالش کشیده است. در چنین شرایطی روی آوردن به یک نیروی ثابت و برتر است که به انسان قدرت پذیرش و تحمل ناملایمات را عطا می کند.

و چه زیبا قرآن این را بطه را توصیف می کند. قرآن می گوید: «همه

انسان ها در مقابل ذات غنی خداوند، فقیر هستند و به اونیازمندند.» (فاطر: ۱۵)(۱) نیاز انسان به خدا نیازی ذاتی است و بدین جهت او برای برطرف کردن نیازش، همواره محتاج آن است که با خداوند ارتباط برقرار کند و نیایش تجلّی چنین نیازی است.

۳. توجه به آثار روانی، تربیتی نیایش

اشاره

تبیین نیایش فقط از بُعد عبادی و عرفانی صورت نمی گیرد، بلکه آثار روانی و تربیتی آن نیز مورد توجه است. امّید، اعتماد به نفس و امنیت روانی، از آثار روانی و تربیتی نیایش است که در ادامه هر کدام از این پی آمدها را ارزیابی می کنیم.

امّید

«امّید»یکی از نیازهای ضروری جهت تداوم زندگی انسان و یکی از عوامل اصلی پیشبرد فعالیت های بشری است. «امّید» به انسان نیرو و انگیزه می دهد تا موانع پیش روی خود را بردارد و بدون آن ادامه زندگی بی معنا و ملال انگیز است.

یکی از عواملی که سبب امّیدواری انسان می شود، افزایش احتمال مُحَقق شدن آرزوها و برنامه های انسان در آینده است، بنابراین، فردی که این احتمال را قایل است که در آینده موفق می شود، با امّید زندگی می کند.

کسی که نیایش می کند و خداوند را مخاطب قرار می دهد، معتقد است که او علّت حقیقی تمام وقایع است و علل وقایع را در علت های

۱- یا ایها الناس انتم الفقراء الی الله و الله هو الغنی الحمید.

صوری آن ها خلاصه نمی کنـد. بـدین جهت با نیایش و دعا علت حقیقی جهان آفرینش را مخاطب قرار می دهد و با ایمان و اطمینان به او زنـدگی می کند؛ بر او توکل می کند و با امید به آینده پیش می رود. باید نیایشـگر کسـی را فرا بخواند که مهار کارها در دست اوست و بر جهان آفرینش حکم می راند.

اعتماد به نفس

همه انسان ها برای زنـدگی موفق آمیز به نیروی اعتماد به نفس و خود باوری نیاز دارنـد. نیایشـگر نیز این موضوع را باور دارد که خداوند در آفرینش انسان به او جایگاه والا و ارجمندی بخشـید و او را جانشـین خود در روی زمین قرار داد(۱) و آفرینش او را مبارک نامیـد.(۲) بـدین جهت، در نیـایش خـود بـا معبود متعـال از موضع خودبـاوری و اعتمـاد به نفس به راز و نیـاز می پردازد.

ولی نیایش از جهت دیگری نیز سـبب افزایش و تقویت اعتماد به نفس می شود. احساس مقبولیّت، تأثیر زیادی در خود باوری و اعتمـاد به نفس دارد. نیـایش به این معنـاست که بزرگ ترین قـدرتِ هستی، انسـان را به درگـاه خویش پـذیرفته، او را برای گفت وگو با خود شایسـته و سـزاوار دیـده است. چرا چنین نباشد، آن هم در شـرایطی که پذیرش هوّیت ما توسط یک قدرت محدود دنیایی، شادی ما را بر می انگیزد، تا چه رسد به مقام بی همتای حضرت حق که مرگ و زوالی برای او متصوّر نیست.

۱- بقره، ۳۰.

۲- مؤمنون، ۱۴.

نیایش با ایجاد امید نیز در افزایش اعتماد به نفس مؤثر است.

امنیت روانی

انسان در پرتو نیایش به یک آرامش عمیق و پایدارِ روحی و روانی می رسد و در سایه ارتباط با حضرت دوست می تواند مشکلات و سختی های امور دنیایی را تحمل کند و بر فشار روحی ناشی از روابط اجتماعی عصر تکنولوژی فایق آید. گزاف نخواهد بود اگر بگوییم نیایش بزرگ ترین عامل امنیت روحی و روانی موجودی است که احساس پوچی و یأس، او را در محاصره خود دارد. نیایش با ایجاد روحیه زندگی نشاط بخشیِ ویژه خود، انسان را از روزمره گی ملال آور نجات می دهد و با آرامش بخشی شگفت انگیزش، قدرت نیایشگر را برای مقابله با حوادث جهان دو چندان می سازد.

۴. هنر در نیایش

نیایش علاوه بر پی آمدهای روانی و تربیتی و روحی، با جاذبه ویژه اش از جنبه هنری نیز تأمل برانگیز است. به ویژه آن گاه که با لحن خاص خود ادا شود. صوت و لحن نیایشگر، یکی از جنبه های هنری نیاش را متجلّی می کند. زمزمه ای آهنگین، با لحنی روحانی و ملکوتی، زیبایی نیایش را دو چندان می کند و روح را به وجد می آورد. گاهی اوقات شنیدن صدای نیایش، ناخودآگاه انسان را همراه خود می کند و او را به نجوا وا می دارد. به این ترتیب، در شمار نیایشگران قرار می دهد. شناخت جنبه هنری نیایش، در گرایش افراد به سوی نیایش، بسیار مهمّ است.

ادبّیاتِ نیایش نیز اهمیت ویژه ای دارد. نیم نگاهی به متن ادعیه و

مناجات نامه ائمه اطهار (ع) نشان می دهد که نیایش های ائمه (ع) از نظر ادبی بسیار زیبا و پرجاذبه است. شناخت جنبه های ادبی نیایش برای آن کس که قواعد و زبان ادبی را مهم می شمارد، تسهیل کننده ارتباط با خداوند است. شناخت زیبایی ها و نکات ظریف نیایش که ممکن است به درک مطالب فلسفی ختم شود، در ایجاد انگیزه برای نیایش بسیار مهم است. به ویژه آن که متن ادعیه و مناجات دارای نکات پرمغزی است که اندیشه را به خود مشغول می سازد.

۵. اعتقاد به اختیار و دو برداشت نادرست از آن

اشاره

با آن که انسان در بستر اختیار به نیایش می پردازد و ارزش نیایشگری او نیز به مختار بودن اش باز می گردد، ولی برخی از اختیار آدمی تعبیر دیگری دارند که نفی کننده ضرورت نیایش است.

اختیار انسان در برابر اراده الهی

اختیار یا عدم اختیار انسان از مهم ترین مباحث کلامی است. در این میان کسانی هستند که اختیار آدمی را نه در طول اراده الهی، بلکه در مقابل آن قرار می دهند، به گونه ای که از نظر آن ها اختیار آدمی به منزله نفی هر گونه چارچوبی است که از سوی خداوند اراده می شود. شهید مطهری در این باره می گوید:

افعال انسان به طوری که انسان از فاعل بودن و تأثیر عزل شده باشد، به خداوند متعال مستند نیست، همان طور که به خود انسان هم به طوری که رابطه فعل از ذات خداوند قطع شود، مستند نیست. بلکه افعال انسان در عین این که در واقع به انسان مستند است به خداوند نیز نسبت داده

می شود و در نهایت یکی از دو استناد در طول دیگر است.(۱)

نیایش نمادی از دوران طفولیت بشر

گروهی معتقدنـد نیایش و ارتباط انسان با خدا مربوط به زمانی است که بشـر علّت بسـیاری از وقایع را نمی دانست و آن ها را به خدا نسـبت می داد و برای ایمن بودن از بلایای طبیعی به خدا پناه می برد؛ و ایمان او به خداوند برای ایجاد نوعی آرامش و امنیت خاطر بود، ولی امروزه انسان به علت پدیـده های مختلف پی برده است و با گسترش علم و تکنولوژی، او بر طبیعت غلبه کرده است. بدین جهت انسان معاصر نیاز ندارد که در وحشت و هراس از ناشناخته های طبیعت به دعا و نیایش پناه ببرد! با آن که پاسـخگویی به این دیـدگاه شـبه فلسـفی در حوصـله این نوشـتار نیست، امـا به اجمـال می توان به نقیصه بزرگی که در این انـدیشه وجود دارد، اشـاره کرد. نخست آن که علم به همـان نسـبت که بر آگاهی بشـر افزوده و دانسـته هایش را توسـعه داده است، به طور مضاعف او را به جهل و ناآگاهی اش واقف کرده است، زیرا اکنون شتاب اکتشافات علمی نشان می دهد، اسرار پنهان آفرینش تا آن اندازه گسترده است که علم انسان در برابر نادانسته ها و مجهولات او چون قطره در برابر اقیانوس است. به تعبیر سـقراط نهایت دانش و علم پی بردن به «نمی دانم» است. اما سفسـطه ای که در اسـتدلال فوق نهفته است مانند آن اسـت که کسـی بگویـد چون پی برده ام در رحم مـادر چگونه تکوین پیـدا کرده ام، دیگر نیـازی به تحکیم روابط عاطفی با والـدین خود ندارم!

۱- مرتضی مطهری، اصول فلسفه، ج ۳، ص ۱۶۴.

نیایش، ارتباطی عارفانه و عاشقانه با مبدأ و خالق هستی است؛ نه اینکه از جهل و طفولیت بشر منشأ گرفته باشد. نیایشگران در عین اینکه نظام علّی و معلولی حاکم در جهان مادی را پذیرفته اند و به قوانین علمی اعتقاد دارند و از تکنولوژی بشری استفاده می کنند، معتقدند اداره و اراده جهان در اختیار خداوند است.

۶. معارف نیایش

معارف دینی از راه های مختلفی به دست می آید. آیات قرآن و روایات از معتبرترین راه های شناخت معارف دین هستند. افزون بر این، ادعیه و نیایش های ائمه (ع) نیز منبع عظیمی برای درک معارف دینی است. در فرازهایی از تاریخ، ائمه (ع) به علت اختناق حاکم قادر به نشر احکام و معارف الهی نبودند، از این رو در قالب دعا به نشر معارف دین پرداختند. مناجات ها و نیایش های امام سجّاد (ع) در کتاب صحیفه سجّادیه نمونه خوبی است که نشان می دهد چگونه بسیاری از معارف دینی در قالب نیایش قابل بیان است.

نیایش حضرت اباعبداللّه الحسین (ع) در روز عرفه زیباترین نکات و سرفصل های عرفان را به نمایش می گذارد. از این جهت ادعیه ائمه نه تنها از جهت روحی، ادبی و هنری، بلکه از جنبه انتقال معارف دینی اهمیت بسیار دارد.

مطلب دیگر این است که سطح انتقال معارف دینی در نیایش های ائمه (ع) از سطح انتقال معارف در روایات منقول بالاتر است. چون در این گونه روایات، ائمه اطهار (ع) شخص پرسش کننده را خطاب قرار داده و

مطالبی را در حد فهم و عقل او بیان کرده اند، ولی در دعا و نیایش از منظر کامل ترین و متعالی ترین انسان ها با خداوند صحبت کرده اند، بدون این که با محدودیت مخاطب روبه رو باشند. نیایشِ ائمه (ع) کلمات و گفتار انسان های عظیم، خطاب به برترین قدرت هستی است که به خوبی نشان دهنده زیباترین ارتباط عاشقانه هستی است؛ عشقی که مملو از معرفت است؛ معرفتی که در زیباترین گفتار تجلّی می کند.

شناخت جنبه های گوناگون ادعیه ائمه (ع) در فهم گرایش انسان های خاکی به رابطه ای آسمانی و نیایش با خداوند بسیار موثر است؛ زیرا آن ها با خداوند چنان سخن می گویند که چیزی جز آیه «وَ نَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ؛ (ق: ۱۶)(۱) توصیف کننده آن نیست؛ خدایی از رگ گردن نزدیک تر، زنده، در اوج شنوایی و بینایی و خدایی که هرگز خواب او را فرا نمی گیرد و در هر زمان و مکانی می توان او را مخاطب قرار داد.

۷. مطالعه شرح حا ل نیایشگران

رابطه عاشقانه خلق با خالق همواره در طول تاریخ انسانیت برقرار بوده است و همواره عاشقانی وجود داشته اند که در این رابطه بر دیگران پیشی گرفته اند. به همین دلیل، دیگر انسان ها می بایست شرح حال این عارفانِ عاشق مسلک را به عنوان الگوی نیایش مطالعه کنند تا بدانند این عابدان نیایشگر با خالق خود چگونه سخن می گفته اند و چه چیز سبب تداوم و تعمیق این رابطه شده است؟ آن ها چرا این گونه در مسیر نیایش،

۱- و ما از رگ گردن به انسان نزدیک تریم.

ممتاز شده اند؟ پشتوانه عقیدتی نیایش آن ها چه بوده است؟ تفاوت ما و آن ها در چیست؟ تلقی آن ها از عالم و رابطه با معبود و بینش آنان نسبت به وقایع جهان چگونه بوده است؟ خداوند عالم با نیایشگران عالم چگونه برخورد می کند و تلاش آن ها را چگونه ارج می نهد؟ شناخت این ویژگی ها تأثیر عمده ای در تقویت انگیزه در فرد در روی آوردن به نیایش به جا می گذارد و او را مصمم می گرداند.

ب) عوامل عملی

اشاره

چون اعمال و رفتار انسان در چگونگی و کیفیت قدرت روحی او تأثیر دارد و برخی اعمال دیگر را تحت الشعاع قرار می دهد، نیایش نیز به عنوان یک عمل روحانی از نظام رفتاری انسان اثر می پذیرد. به همین جهت، فرد مشتاق نیایش می بایست برخی ویژگی های رفتاری را دارا شود، در غیر این صورت نمی توان انتظار داشت او در امر نیایش استمرار داشته باشد.

۱. زهد

زهد به معنای دل نبستن به دنیا و اسیر نشدن در کشش های پرفریب آن است. کسی که دنیا پرست و دنیا دوست است، به طور طبیعی نمی تواند به جلوه های معنوی و اخروی گرایش پیدا کند. به همین دلیل، نیاز به امر نیایش در او تشدید نخواهد شد. طبق روایات، دنیا گرایی و آخرت با هم جمع نمی شوند و نزدیک شدن به یکی مستلزم دوری از دیگری است؛(۱) زیرا دنیا پرستی بینش انسان را نسبت به زندگی، آن گونه

۱- نهج البلاغه، حکمت ۳۷، ۱۰۳ و ۲۵۱.

شکل می دهـد که به فکر نیایش و زیبایی های آن نمی افتـد و اصولاً نسـبت به ارتباط با خداونـد احساس نیاز نمی کنـد. زیرا نیایش تجلّی خداپرستی است و دنیا پرستی در نقطه مقابل چنین نیازی قرار دارد.

انسان زاهد چون اسیر جاذبه های دنیوی نشده و محبّت دنیا در دلش جا نگرفته است، نیایش را به عنوان وسـیله ای در سیر الی اللّه مـدّ نظر قرار می دهـد. او با پشت سـر گذاشـتن دنیا به ساحت بندگی و نیایش وارد شده است. البته باید گفت که نفی دنیا گرایی به معنای بی توجه بودن به شیون زندگی بشری نیست و رهبانیّت دیگر ادیان مورد نظر نیست، بلکه دنیا را چونان مزرعه آخرت پنداشتن، مقصود ماست.

۲. پرهیز از حرام خوری

چگونگی رشـد و تغـذیه انسـان نیز در جنبه روحی او تأثیر دارد. این گونه نیست که جسم انسان هیـچ ربطی با روح او نداشـته باشد.

حرام خوری سبب قساوت قلب(۱) و مانع استجابت دعا(۲) و مانع قبولی عبادت می شود.(۳)

نیایشگر با قلبی نورانی و زلال، توفیق ارتباط و صحبت با خدا را پیدا می کند؛ در حالی که حرام خوری قلب را سخت و بدون انعطاف می کنـد، تا جایی که توفیق عبادت و بندگی را از دست می دهد و دعا و نیایش انسان پذیرفته نمی شود. حرام خوری قدرت روحی انسان را ناتوان

۱- شهید دستغیب، گناهان کبیره، ج ۱، ص ۳۹۰ برگرفته از: نفس المهموم.

۲- سفینه البحار، ج ۱، ص ۲۴ و ۴۴۸.

۳- گناهان کبیره، مقدمه، ج ۱، ص ۱۵، به نقل از عده الداعی، ص ۱۴۰.

می کنـد و انسان را از وادی عبادت دور می کند. در جایی که پر خوردن روزی حلال و شـکم پرستی سـبب رخوت و سـستی در امور عبادی می شود، حرام خوری به قطع و یقین انسان را از عبادت و نیایش محروم می کند.

۳. تواضع

عبـادت و نیایش انسان، زیباترین کرنش و تواضع در برابر برترین قـدرت هستی است؛ زیرا نیایشـگر با حالتی حاکی از نشاط و لذّت در مقابل خدای خویش قرار می گیرد و با او نجوا می کند.

عالمـان اخلاـق می گوینـد: بزرگ ترین عامل کفر و عصـیان در مقابل ذات حضـرت حق تکبر در مقابل اوست. انسان کافر و طغیانگر در مقابل خداوند تکبّر کرد و از دسـتورات او نافرمانی می کند؛ همان گونه که اولین سرپیچی از فرامین الهی، از تکبر ابلیس در مقابل خداوند شروع شد(۱) و سر منشأ همه گناهان گردید.

فردی که در مقابل خداوند به نیایش می پردازد، در عالی ترین حالت تمامی تکبّر خود را به زیر پا می نهد و با شـناختی که از عظمت و جلال حضرت حق دارد، در مقابل او تواضع می کند و ملتمسانه نیازهای خود را به درگاهش عرضه می کند؛ زیرا او خداونـد را منشأ خیر می دانـد و برای خود هیـچ نقشـی قایل نیست. او همه چیز را از خـدا می داند و به معنای واقعی کلمه عبد است. نیایشگر، خداوند را مالک حقیقی وجود

۱- «فسـجدوا الاّـ ابلیس ابی و اسـتکبر و کـان من الکـافرین؛ همه سـجده کردنـد، مگر شـیطان که اِبـا و تکبر کرد و از کـافران گردید». بقره: ۳۴

می دانـد و خود را امانتـداری بیش تصور نمی کنـد. اما نبایـد این نکته را نادیده گرفت که این حالت مراتبی دارد که هر کس در خور جهد و تلاش خود مرتبه ای را از آن اتخاذ می کند، هر چند عالی ترین مرتبه همان بود که بدان اشاره شد.

۴. تقوا، ورع

تقوا و خویشتن داری در مقابل گناه برترین مرحله تربیت اسلامی است که قدرت روحی انسان را افزایش می دهد. تقوا فقط به معنای ترک گناه نیست، بلکه یک نیروی درونی و قـدرت ضـبط نفسانی است که در اثر تمرین و یا ریاضت های مـداوم برای نفس حاصـل می شود و نفس را آن چنان نیرومنـد می سازد که تنها مطیع فرمان های الهی خواهـد بود.(۱) روح انسان با تقوا، قـدرت و لیـاقت آن را دارد که با خداونـد ارتباط برقرار کنـد، چون تقوا بهترین توشه آخرت و بزرگ ترین وسـیله سـعادت و جامع همه خیرات است.(۲) تقوا غایتِ عبادت،(۳) هدف تشریع احکام(۴) و شرط قبولی اعمال(۵) است.

بی تقوایی و گناه بزرگ ترین مانع انسان در راه بندگی خداوند است که انسان را از هدف خلقت دور می کند و به سوی کفر می کشاند. یکی

۱- بررسی گفتار امیرالمؤمنین در مورد تقوا این مطلب را تأیید می کند نهج البلاغه، خطبه ۱۹۵، ۱۵۷، ۱۱۴.

۲- بقره، ۱۹۷؛ آل عمران، ۱۳۳؛ نهج البلاغه خ ۱۹۸؛ نهج البلاغه، کلمات قصار، شماره ۴۱، بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۲۵۸.

۳- بقره، ۲۱.

۴- بقره، ۱۸۳.

۵- مائده، ۲۷.

از اثرات مستقیم گناه بر نیایش این است که انسان از عبادتِ آفریدگارش و نیایش با او لـذت نمی برد. و طبیعی است وقتی انسان از امری لذت نمی برد، انگیزه ای واقعی برای انجام آن نخواهد داشت، هر چند از روی عادت به آن بپردازد.

۵. حضور در مجالس نیایش

گاهی نیایش به صورت دسته جمعی مؤثرتر از نیایش فردی است؛ چون در نیایش جمعی جو خاصّی حاکم است و افرادی هم حضور دارنـد که احیانا برخی از آن ها شور و نشاط بیشتری برای نیایش با خداونـد دارنـد و سبب می شوند که افراد دیگر از حالت آن ها متأثر شده و شور و حال بیشتری در نیایش پیدا کنند. بسیاری از افراد که به تنهایی حال و هوای نیایش ندارند می تواننـد بـا حضور در نیـایش هـای جمعی، این زمینه را در وجود خود تقویت کننـد. برای کسانی که فرصت چنین کاری را هم ندارنـد، حتی گوش دادن به نوار نیـایش نیز مؤثر است و بـا گـذشت زمان روحیه نیایش به تدریـج در فرد ایجادمی شود. نکته مهم، توجه به مراتب وجودی افراد و شـرایط آن هـاست که متناسب با آن، شـیوه هایی در نظر گرفته شود تا به این باور دسـت یابند که گفت و گو با خداوند برای همه انسان ها ممکن است.

۶. برقراری رابطه عاطفی

بسـیاری از روابـط انسـان هـا بر اسـاس رفتارهای عاطفی شـکل می گیرد. نیایش نیز رابطه ای عاطفی بین انسان و خـداست. امّا گروهی فکر می کننـد ارتباط و صـحبت با خـدا مقیّـد به آدابی خاص و خیلی رسـمی و خشک است. آن ها این ارتباط را در مکان و زمان خاص در قالب برخی ادعیه

منحصـر می داننـد. در حـالی که ایجـاد یک رابطه عاطفی بین انسان و خـدا فراتر از این گونه آداب است و خداونـد آن چنان مهربان و بخشنده است که انسانِ نیازمند را در هر شرایطی پناه می دهد.

وقتی انسان با خـدا رابطه عاطفی و احساسـی برقرار کرد و نیایش را منحصـر به زمان و مکان و گفتار خاصـی نکرد، آن گاه با خداونـد مثـل یـک دوست ارتبـاط برقرار خواهـد کرد و بـا او به نجوا می پردازد. این گونه نیـایش ها و ارتباط ها که در طول شبانه روز در تمام مکان ها ممکن است، زمینه را برای مناجات های عارفانه که با آداب خاصـی انجام می شود، فراهم می کند و فرد را در جرگه نیایشگران قرار می دهد.

درخواست از خداونـد و دعا برای توفیق عبادت و نیایش، نشاط، اختصاص دادن وقتی خاص، دوسـتان و محیط و... . هر کـدام از عوامل عملی و رفتاری در بحث نیایش هستند که جهت پرهیز از طولانی شدن کلام تنها به ذکر عنوان آن ها اکتفا شد.

۳. درکِ لذّت در عبادت

اشاره

۳. درکِ لذّت در عبادت

یکی از مسایل مهمّی که سـبب انس با نماز می شود، لذّت بردن از عبادت است. کسی که از نماز لذّت نمی برد، نمی تواند با نماز انس بگیرد. مکتب لذّت گرایی یکی از مکتب های توصیفی اخلاقی است(۱) که لذّت گروی را غایت مطلوب هر کاری می داند.(۲) تمامی انسان ها در این نکته یکسانند که لذت جو هستند، ولی مصادیق لذّت در نزد انسان ها،

۱- فلسفه اخلاق، ص ۶۷ تا ۷۳، موسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی.

۲- ویلیام. کِی، فرانکنا، فلسفه اخلاق، ترجمه: هادی صادقی، مؤسسه طه، ص ۱۷۹.

متفاوت است. برخی از انسان ها از غـذا خوردن لـذت می برند و برخی از انسان ها از غذا نخوردن.(۱) از این جهت، لذّت در تعیین مصداق آن نقشی اساسی به عهده دارد.

برخی معتقدند بیشترین مقدار شادی را می توان از طریق برخی تجربه های دینی به دست آورد(۲) و گروهی شخصیت را مهم ترین عامل مؤثر بر شادی فرد می دانند.(۳) البته تأثیر طبیعت، تربیت و ژن شادی نیز مورد توجّه برخی است.(۴)

شادی از طریق تسلط بر شـرایط و تطبیق دنیای متغیر بر نظام خواسـته ها و آرزوهای ما بسـیار مشـکل است، بلکه راز شادی در مهارت فرد، در آفرینش تجربه زنـدگی است.(۵) در واقع، آنچه در زنـدگی برای ما رخ می دهـد، آن قدر تعیین کننده شادی مـانیست، بلکه بیشـتر نوع واکنش مـا نسبت به آن رخـدادهاست که نقش تعیین کننـده دارد.(۶) از منظر دیگر علّـت غمگینی انسان آن است که زنـدگی بدان گونه که او می خواسـته، پیش نرفته است.(۷) از این رو، شـادی یکی از مهم ترین مؤلفه های لذت است که در تبیین لذّت نقش مهمّی را برای فرد ایفا می کند. اهمیت بحث

۱- عبد اللّه جوادی آملی، مبادی اخلاق در قرآن، ص ۲۴۷.

۲- مایکل آیزنک، روان شناسی شادی، ترجمه: مهرداد فیروز بخت، خشایار بیگی، ص ۲۶.

۳- مایکل آیزنک، روان شناسی شادی، ترجمه: مهرداد فیروز بخت، خشایار بیگی، ص ۵۵ و ۴۳.

۴- مایکل آیزنک، روان شناسی شادی، ترجمه: مهرداد فیروز بخت، خشایار بیگی، ص ۴۷ و ۴۹.

۵- جی. آر، کن کایز. عشق علی رغم همه مشکلات، ترجمه: فریبا مقدم، ص ۱۷ و ۲۲.

۶- راز شاد زیستن، اندرو متیوس، ترجمه وحید افضلی راد، ص ۵۲.

۷- راز شاد زیستن، ص ۵۴.

لّذت در مسایل اخلاقی به حدی است که مکتب لذّت گرایی را به عنوان یکی از مکتب های مهم اخلاقی شکل داده است.(۱)

اپیکوروس،(۲) ــ فیلسوف یونانی ــ پایه گذار مکتب اخلاقی اپیکوری است که خیر را همان لذّت می داند. هر چند او با اساس قرار دادنِ لّذت های آنی و موّقتی موافق نبوده و برای تعیین شرایط رسیدن به سعادت دیرپا و بادوام، لذت روحی را بر لذّت جسمانی ترجیح می دهد.(۳) فلسفه اخلاق اپیکوروس اصولاً شامل پند و اندرز برای زیستن معتدلانه ولی لذّت بخش است. در واقع فلسفه اپیکورس را می توان شامل تعلیماتی دانست که نه تنها به شخص توانایی کسب لذّت می دهد، بلکه او را قادر می سازد که از درد و رنج احتراز نماید. «لذّت انگاری به عنوان یک نظریه فلسفی از لحاظ روان شناسی و اخلاقی هم قابل بررسی است.(۴)

مفهوم لّذت گرایی در اسلام(۵)

۱- پل ادواردز، فلسفه اخلاق، ترجمه: انشاءاللّه رحمتی، موسسه فرهنگی انتشاراتی تبیان، ص ۲۵۷.
۲- البته قبل از اپیکوروس، آریستیپوس، مکتب لذت گرایی شخصی را مطرح کرده بود. در این مکتب، لذت در لذات جسمانی خلاصه می شود. برای کسب اطلاعات بیشتر نک: «فلسفه اخلاق»، ص ۶۷، موسسه آموزشی ــ پژوهشی امام خمینی».
۳- تاریخ فلسفه غرب، ص ۴۹ تا ۵۱، لارنس سی. بکر، ترجمه گروهی از مترجمان، انتشارات موسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی».
۴- ریچارد پاپکین، آوروم استرول، کلیات فلسفه، سید جلال الدین مجتبوی، ص ۲۱.
۵- ریچارد پاپکین، آوروم استرول، کلیات فلسفه، سید جلال الدین مجتبوی، ص ۵۱ و ۵۲.

آنچه از مبانی اسلام استنباط می شود آن است که لذّت معنوی، لذّتی اصیل و اساسی فرض می شود؛ زیرا بُعد معنوی و مُقَوِّم شخصیت آدمی است. بنابراین، در تزاحم لذّات مادی و معنوی باید لذّات مادی را در چارچوب لذّات معنوی مهار کرد؛ یعنی اسلام، لذت گرایی را به معنای عام و روان شناختی آن می پذیرد، ولی در تعیین مصداقِ لّذت اصیل و حقیقی برای انسان و جهت گیری لذّت ها با مکتب های لذّت گرا تفاوت دارد.

آسیب شناسی منطق لّذت در مورد نماز

آسیب شناسی منطق لّذت در مورد نماز

رعایت آداب ظاهری و باطنی نماز، برطرف کردن موانع حضور قلب قبل از ورود به نماز، تقویت بینش مذهبی و درک معنای نماز و توجه به زیبایی ها(۱) و ظرافت های نماز و تقویت روحیه نیایش از مهم ترین عوامل لذّت انسان در نماز هستند. نادیده گرفتن یا کم توجّهی به این عوامل بزرگ ترین آسیبی است که لذّت در نماز را تهدید می کند. در حقیقت، موانع حضور قلب و کاستی های معرفتی نسبت به نماز سبب می شوند که نمازگزار از نمازش لذّت نبرد.

دنیا زدگی و گناه دو عامل مهم و اساسی از بین رفتن لذّت در عبادت و نماز هستند؛ زیرا حقیقت عبادت فرا دنیوی و امری اخروی است. انسان هر قدر به دنیا نزدیک شود، از آخرت دور می شود.(۲) گناه نیز به عنوان یکی از مظاهر اصلی دنیا گرایی آثار زیادی دارد که یکی از آثار

۱- درک و دریافت زیبایی همواره موجب احساس لذت است. هنر و زیبایی، محمدتقی جعفری، ص ۱۸۵.

۲- نهج البلاغه، حکمت ۳۷، ۱۰۳ و ۲۵۱.

غیر ملموس آن از بین رفتن لّذت عبادت است(۱) و به تدریج چنان اثری در قلب انسان می گذارد و او را از مسیر حق دور می کنـد که ناخودآگاه از عبادت و صـحبت با معبود هیـچ لـذتی نمی برد. به طور کل، کلیه موانع حضور قلب در نماز، در از بین رفتن لذت نمازگزاری نقشی مهم را ایفا می کنند.(۲)

نماز، لّذت برتر

نماز، لّذت برتر

لذّت هایی که انسان آن را درک می کند و از درک آن احساس خوشایندی برای او حاصل می شود، همه در یک سطح و از یـک نوع نیسـتند، برخی لـذّت هـا مقطعی هسـتند. برخی روحی و برخی جسـمی هسـتند، برخی مادّی و برخی معنوی هسـتند، برخی عمیق و برخی سـطحی هسـتند، اما لـذت برتر، لـذتی است که عمیق تر، پایـدارتر، اصـیل تر و طولانی تر باشـد و رنـج و کسالتی به دنبال نداشته باشد.

با این توصـیف ها بایـد گفت لّذتی که از نماز گزاردن در انسان ایجاد می شود، لذّت برتر است؛ زیرا لذّتی است که ناشـی از ارتبـاط با آفریـدگار جهان و در راسـتای تأمین زنـدگی مطلوب و جاودانه است، لـذّتی که از نماز و ارتباط با دریای بی کران هستی در وجودِ انسان حاصل می شود، پایـدار و عمیق است و هیچ گونه رنجی را به دنبال ندارد، مگر دردِ وصال که عاشـقان نزدیکی به خداونـد در آن غوطه ورند؛ یعنی آنان که پس از درک این لذّت خواهان شکسـتن حصارهای مادی و گذر از این جهان

۱- مهدی نراقی، جامع السعادات، ج ۳، ص ۸۴ ؛ استاد مظاهری، شرح و تفسیر دعای کمیل، ص ۲۳.

۲- این عوامل در بحث عوامل انس با نماز، حضور قلب بیان شد.

محدود می شوند، با درک این لذّت، از لذّت های برتر و والاتری آگاه می شوند که به جز در جوار حضرت حق دست یافتنی نیست و روابط محدودِ دنیایی ظرفیت و گنجایش ایجاد آن لذت ها را ندارد. این درد، حاصل افزایش درک و فهم است که با لذات نماز و ارتباط با خدا به عنوان لذّت برتر و متعالی در هم تنیده شده است.

۴. درک زیبایی های نماز

اشاره

۴. درک زیبایی های نماز

انسان می تواند با دید زیبایی شناسانه به موجودات و رویدادها نگاه کند و از این دریچه به تماشای جهان بنشیند.(۱) لذّت رویکرد زیبایی شناسانه می تواند انواع اشیای طبیعی و ساخته انسان را که به وسیله حواس پنج گانه ادرا ک می شوند، در بر گیرد.(۲) فراتر از این می توان گفت واژه زیبا نه تنها در مورد طبیعت و آثار هنری، بلکه می تواند برای درک و لذتی زیبایی شناسانه از وقایع عالم و روابط پنهان و آشکار انسان، به کار رود.(۳)

انسان نسبت به مقوله عبادت نیز می تواند با دیدی زیبایی شناسانه بنگرد و فراتر از یک نگرش شخصی عبادت کند.

عرفان و زیبایی شناسی ارتباطی ظریف دارند. و.ت.استیس می گوید: «پیوندی نهانی بین عرفان و زیبایی شناسی هست که در حال حاضر مبهم

۱- البته طریق نگاه زیبایی شناسانه به جهان معمولاً با بیشترین نحو با سه نگرش علمی، شناختی و ادراکی و شخصی در تقابل است. نک: تاریخ و مسایل زیبایی شناسی، ص ۸۱ و ۸۳ .

۲- آن شپرو، مبانی فلسفه هنر، ترجمه: علی رامین، ص ۹۷، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، تهران.

۳- آن شپرو، مبانی فلسفه هنر، ترجمه: علی رامین، ص ۹۷، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، تهران.

و مجمل باقی مانده است.»(۱)

این ارتباط در حدی است که یکی از مکتب های عرفان اسلامی، مکتب جمال نام دارد.(۲) این در حالی است که نماز و عبادت یکی از مهم ترین و عمده ترین موضوعات عرفانی و سیر و سلوک است. قبل از پرداختن به نکات زیبایی شناسی نماز، چند نکته بنیادین را در مورد زیبایی شناسی از نظر اسلام به اختصار مطرح می کنیم.

«منشأ اصلی زیبایی شناسی در اسلام عبارت است از خداوند سبحان که خود زیباست و زیبایی را دوست دارد.»(۳) نخستین درسی که از زیباشناسی قرآن مجید می آموزیم، این است که خداوند بالاترین مرتبه زیبایی است و همه زیبایی ها در او خلاصه می شود. در نتیجه بهترین راهی که ما را به سوی آن معبود رهنمون می سازد، مسیر زیبایی هاست.(۴) همه هستی و آفرینش زیباست.(۵) قرآن زیبایی های هستی را به دو نوع مطلق و نسبی(۶) و از جهت دیگر به مادّی و معنوی تقسیم می کند.(۷) قرآن به انسان به عنوان یکی از زیباترین جلوه های الهی اهمیت فوق العاده

۱- استیس والترترنیس، عرفان و فلسفه، ترجمه: بهاءالدین خرمشاهی، ص ۷۶، تهران، انتشارات سروش.

۲- نک: کتاب «زیبایی پرستی در عرفان اسلامی».

۳- نماز و جامعه شناسی، ص ۱۳۹.

۴- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۵۵.

۵- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۵۶.

۶- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۵۸.

۷- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۵۹.

داده است.(۱) عشق الهی و دوست داشتن خداوند به رسمیّت شناخته شده و احادیث دوطرفه(۲) بودن آن را بیان کرده است.(۳) همان طور که عشق ورزی به جمال مطلق الهی، شایسته و بایسته می باشد، عشق ورزی به جلوه های آن زیبایی در جهان نیز شایسته است.(۴) در زیبایی شناسی اسلامی به زیبایی صوری و ظاهری انسان نیز توجه شده است(۵) و علاوه بر آن، به زیبایی شناسی رنگ ها نیز توجه شده است.(۶) از نظر زیبایی شناسی اسلامی انسان باید به سوی زیبایی ها برود.

زیبایی شناسی نماز

زیبایی شناسی نماز

در این قسمت، با بررسی نکات ظریف و باطنی نماز می کوشیم ضمن بیان جلوه هایی از نماز، نحوه نگرش نمازگزار را نسبت به نماز تغییر دهیم و زاویه دیدی زیبا و پرنشاط نماز را تبیین کنیم، تا زمینه لازم جهت انس با نماز ایجاد شود.

زیبایی نماز، از نامش آغاز می شود. زیرا کلمه «صلوه» از ریشه صله (وصل) است و از پیوند و ارتباط میان بنده و رب سخن می گوید. تأمّل در همین کلمه و توجه به ارتباطِ بی واسطه بنده (با همه کوچکی و

۱- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۶۱ .

۲- یعنی هم خدا انسان را دوست دارد و هم انسان باید خدا را دوست داشته باشد.

۳- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۶۳، نک: شیخ حر عاملی، جواهر السنیه فی الاحادیث القدسیه، ص ۱۳۱؛ الهجویری، کشف المحجوب، ص ۳۲۶؛ طرئق الحقایق، ج ۱، ص ۲۰۶؛ عبهر العاشقین ص ۹ و ۱۰؛ تمهیدات، عین القضاه، ص ۱۱۲.

۴- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۶۵.

۵- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۶۸ .

۶- زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، ص ۷۱.

نـاچیزی) بـا خـدای عظیم و بی ماننـدی که به وصف درنمی آیـد، کاشف از عشـقی دو سویه، پرشـکوه، آرامش بخش و امّید آفرین است.

عبـادت، پرواز روح از زمین وابسـته مـاده به فضـای دلپـذیر معنویت است. عبـادت از یک سو، قطره قطره آب شـدن و از سوی دیگر جرعه جرعه آب نوشـیدن است. عبـادت خلاصه ای از یک مفهومِ روشن، ولی پیچیـده و در عین حال ناشـناخته بنـدگی است و نماز، پروازی برای رسـیدن به اوج و ناپدیـد گشـتن از صـحنه طبیعت و روز مرّه گیِ کسل کننده است. عبادت، نهایت هنرنمـاییِ انـدیشه و توان آدمی در ترسـیم طرحی است که او را به مقصـد زلال و دلخوش رهنمون سازد. عبادت، یعنی عشوه گریِ عاشق دل سوخته که همه ناله های شب و زمزمه های روزش یک حرف بیش نیست و با سیلاب اشک هایش، قطره های اشک دل دادگی او را می سرایند. پس عبادت هم خواهشی عاشقانه و ملتمسانه و هم هنرپردازی زیباست.

نماز، کلید ملاقات

نماز، کلید ملاقات

نمـاز، رشـته اتّصـال به محبوب است، آن گـاه که دست مـا از «وصـل» کوتـاه است و وجودمـان در «هجر» گرفتـار؛ نماز گفت وگوی راز دل است و بر آوردن نیـاز؛ نمـاز هم تسـلیم است و هم عقـاب؛ تسـلیم در برابر شـکوه و زیبایی خـدا و عصـیان علیه سراب هر قـدرتی که از سرِ پسـتی و زبـونی، آهنـگ توانـایی خـود را به مـوازات قـدرت حق، مغرورانه می نوازد. نمـاز تکرار نیست، بلکه هدیه ای است از محبوب برای این که فراق خود را در این دنیا جبران کند و بانگ جرسی است، برای اعلام مکرّر این حقیقت که ای انسان «اِنَّک کادِحٌ اِلی رَبِّکَ کَدْحا فَمُلاقیه؛تو در راه پروردگارت

سخت تلاش می کنی و او را (سرانجام) ملاقات خواهی کرد. (انشقاق: ۶)» تا این که همواره باور ملاقات زنده و پابرجا باشد. نماز، پیشوایی فرشتگانی است(۱) که انسان را در بر می گیرند.(۲) نماز، کوثری برای خاموش کردن آتش گناه است.(۳) نماز، صُوَر نورانی در ظلمت قبر است.(۴)

اذان، ترنّم رویش

اذان، ترنّم رویش

اذان تکرار باورهایی است که تلقین آن ها، ارزش ها را در اندیشه جامعه زنده تر، ایمان را محکم تر و یقین را تازه تر می کند. اذان، بانگ فراتر بودن بزرگی خداوند، از ظرفیّتِ شناخت و توصیف بشری است و نیز فریاد برایت از قدرت های زوال پذیر دنیایی است. اذان، کندن خار کفر و شرک از سرزمین تفکر و کاشتن نهالِ ایمان و عشق است.

رو به خانه دوست

رو به خانه دوست

نماز را رو به قبله (مکّه) می خوانیم. رو کردن به مکّه، یعنی هم نوا شدن با ابراهیمِ موحّد و صدای توحید سردادن و همراهی با او در

۱- امام باقر (ع) می فرماید: «هیچ بنده ای از شیعیان ما به نماز نمی ایستد، جز آن که به تعداد مخالفان او، فرشتگان وی را در می گیرند و پشت سر او نماز می گزارند و برای او تا پایان نماز دعا می کنند.» کافی، ج ۸، ص ۳۶۵؛ من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۰۹.

۲- امام باقر (ع) می فرماید: «نمازگزار سه خصلت دارد: خصلت اول: وقتی نمازگزار به نماز می ایستد فرشتگان، او را در بر می گیرند و او در میان صفوف فرشتگان است». من لا یحضره الفیه، ج ۱، ص ۲۱۰، ح ۶۳۶ .

۳- پیامبر صلی الله علیه و آله در مورد نماز فرموده است: «وقت هر نمازی که فرا می رسد، فرشته ای به مردم می گوید: ای مردم، برخیزید، آن آتش هایی که پشت سر خود روشن کرده اید با نماز خاموش کنید؛ من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۰۸، ح ۶۲۴ .

۴- ابوبصیر از امام باقر (ع) نقل می کند: «وقتی بنده مؤمن از دنیا رفت، شش صورت نورانی به همراه او وارد برزخ و قبر می شوند. این شش صورت او را از شش جهت از آسیب ها محافظت می کنند، آن کس که در طرف راست این بنده مؤمن قرار دارد، در معرفی خود می گوید: من نمازم.» بحار الانوار، ج ۶، ص ۲۳۴.

شوریـدن بر قـدرت های نمرودی و همگامی با او در فرو رفتن به آتش قهرِ سـتمگران و همـدلی با او در قربانی کردن فرزند و سوق دادن دیده و دل، به سمت خانه ای که آیه ای از حضور او در زمین است.

کعبه خود سنگِ نشانی است که ره گم نشود

حاجی احرام دگر بند، ببین یار کجاست

محراب

محراب

محراب مکـان رزم بـا شـیطان است و جـان پنـاهی است که در برابر هجوم بت ها بر پا کرده انـد؛ و اذان اعلام جنگ است. هر تکبیر که می گویی تیری است که به سوی قلب شـیطان رهـا می شود و هر ذکری که از قلب می گـذرد و بر زبـان جـاری می شود،تیری است که از کمان به سوی شیطان و هوادارانش رها می شود.

نمازگزار آن گاه می توانـد با تیرِ ذکر به تخریبِ بت خانه ها اقـدام کند که پیش تر، اولین تیر را بر فرقِ نفس خود، یعنی مادر بت ها کوبیده باشد.

نیّت از آغاز تا پایان

نیّت از آغاز تا پایان

هر انجـامی را آغـازی اسـت و هر کرداری را سـر منشأیی؛ نمـاز نیز سرفصـلی دارد. مهـم تر از فصـل هـای دیگر و زیربنـایی سرنوشت ساز و جهت بخش به نام «نیت».

نیّت پاک، نماز را از ناخالصـی ها پالایش می کنـد و آغازی است که بایـد تا پایان، نماز را هماننـد خود کنـد. نیّت اولین گام برای فاصـله گرفتن از دنیا و روزمره گی هاست و مانند پلی ما را از فراز سیلاب کف آلود مادیات عبور می دهد و به سرزمین روحانی نماز وارد می کند.

نخستین تکبیر

نخستین تکبیر

پس از نیّت، تکبیره الاحرام می گوییم. «اللّه اکبر» اولین ذکر و نخستین تکبیر نماز، بزرگ شمردن خدایی است که از ظرفیت فکری بشر و از هر پنداری که او دارد، بزرگتر است؛ بزرگ تر از پرنده خیال انسان؛ بزرگتر از آن چه در دل می گذرد؛ بزرگتر از این که وصف شود؛ بزرگتر از آن چه پیشینیان از او گفته اند و امروزیان می گویند و پسینیان خواهند گفت.

تکبیره الاحرام، اوّلین تیری است که در نماز به سمت شیطان رها می شود. تکبیره الاحرام یعنی با دوست، مَحرَم شدن و دریچه دل را به روی نامحرمان بستن و همراه با گفتن آن، دست ها را بالا بردن تا آنجا که غیر خدا را پشت سر می اندازیم و به خلوت دوست وارد می شویم.

سخن دل

سخن دل

با قرائت به باغ نماز وارد می شویم؛ یعنی با خواندن سوره حمد و سوره ای دیگر به فراخور حال خود؛

قرائت، گفتن و گذشتن نیست. قرائت یاد کردن از رحمت بی مرز و پایان خداست. در قرائت، او را می ستاییم، به درگاهش سپاس می گوییم و ستایش ها و سپاس ها را تنها شایسته او می دانیم. قرائت، یادآور قیامت است. روزی که تمام پرونده ها گشوده و همه حساب ها بررسی می شود. روزی که نخستین پرسش، از نماز و چگونگی برپایی آن است.(۱)

سر تسلیم فرود آوردن

سر تسلیم فرود آوردن

رکوعی به اخلاص جان پرورست

۱- بحارالانوار، ج ۸۳، ص ۲۵.

که نام نکویش جهان پرور است

پس از قرائت، به رکوع می رویم؛ یعنی در برابر افقِ ناپیـدایِ بزرگیِ خداوند سر تعظیم فرود می آوریم و با توجه به عظمت او و ایمان به حقارت و ناچیزیِ خود، آیینه خودبینی را می شکنیم و با تمام وجود در برابر تنها کسی که شایسته تکریم بی پایان است، اطاعت محض خود را اعلام می کنیم.

در رکوع، دل و سر را به تعظیم وا می داریم و زبان به تسبیح می گشاییم: «سبحان ربی العظیم و بحمده». خدای بزرگ من پاک و منزه است و ستایش تنها ویژه و شایسته اوست. او منبع کمال و زیبایی و آراستگی است و هر آنچه جالب توجّه است و فطرتِ زیبایی طلب من و تو در پی آن است، جلوه ای از اوست.

این همه عکس می و نقش نگارین که نمود

یک فروغ رخ ساقی است که در جام افتاد

فراترین کرنش، نزدیک ترین حالت(۱)

می روم تا در شبستان سجود

با شکوه نام او نجوا کنم

در ورای لحظه های گم شدن

خویش را در یاد او پیدا کنم

۱- قال الصادق (ع): «اقرب ما یکون العبد الی اللّه و هو ساجدٌ؛ نزدیک ترین حالات بنده به خدا سجده است». ثواب الاعمال، ص ۶۰.

پس از رکوع به سجده می افتیم. از خضوعی به خضوعی دیگر، از سر خم کردن و فرمان پذیرفتن تا به خاک افتادن و چهره بر زمین ساییدن. سجده برتر از رکوع تجلّی اوج فروتنی است. در سجده قامتِ خمیده خود را بر خاک می افکنیم و اگر در رکوع نشانی از ایستادن بود، در سجود آن نشان را هم محو می کنیم.

به سجده توان بوسه زد پای او

به چشمان دل دید سیمای او

خواستی عاجزانه، نیازی دلنشین

خواستی عاجزانه، نیازی دلنشین

ناگه دلم تا عرش پر زد

تابید اشکی در سکوتم

وقتی که هنگام دعا شد

واشد چو گلبرگی قنوتم

در دفتر قنوت من اسمت «خدا» نبود

دستم ز دستهای نگاهت جدا نبود

نماز سخن گفتن بنده با اوست آن گونه که او می خواهد و قنوت سخن گفتن بنده است آن گونه که خود می خواهد. در نماز با زبان او شرح حال بندگی را وصف می کنیم و در قنوت با زبان خود به او پناه می بریم. نماز، گفت وگو است و قنوت، التماس و درخواست و پافشاری؛ نماز، گفتن است و قنوت، زمزمه کردن و نالیدن؛ قنوت فرصتی است برای راز گویی و باز گویی؛ قنوت هنگامه دعاست و برگه ای که در آن دعاهایمان را عرضه می کنیم.

«قنوتی»، دل خسته وا می کند

مرا راهی کبریا می کند

تجدیدباورها

تجدیدباورها

تشهد بخوانم شهادت دهم

نشان شوق و شور و ارادت دهم

تشهّد، شهادت به اصلی ترین پایه اعتقاد اسلامی، یعنی توحید، است. شهادت یعنی اعلام یک عقیده با نیّت فراگیری آن؛ از تشهّد درس «بندگی» را می آموزیم و رمز پیروزی را؛ در تحرّک و تلاش و انجام رسالتی که انسانیّت بر دوشمان نهاده است. اگر اراده حملِ کوله بار سنگین مسئولیت را در فرصتِ اندک عمر در سر داشته باشیم تا بدون حسرت و تأسف سرانجام بهروزی، برسیم، توشه بندگی به زیر پا افکندن شهوت های دنیایی است.

دعای سلامت

دعای سلامت

و زان پس فرستم به دلبر سلام

که یعنی همه من توام «والسلام »

در پایان نماز و بازگشت از سفری روح افزا و پر رمز و راز، بر پیامبری سلام می کنیم که پاک کننده غبار از چهره انسانیت است.

سلام، نام خدا(۱) و نشانگر بازگشت زایر اوست. یکی از عرفا می گوید: «کسی که در نماز حواسش پیش غیر خدا و متوجه زندگی است، چگونه به خود اجازه می دهد در پایان نماز بگوید: «السلام علیکم و رحمه اللّه و

۱- در آیات آخر سوره حشر در ردیف اسامی خدا «سلام» نیز ذکر شده است.

برکاته»، چون پیامبر فرمود: «المصلّی یناجی ربّه»(۱) «نمازگزار مشغول مناجات با خداست». پس او در حین عبادت از جمع مردم فراتر می رود و اوج می گیرد و وقتی نمازش تمام شد و مناجاتش به پایان رسید؛ از محضر خداوند به میان مردم برمی گردد و چون وارد جمع دیگران شد به آن ها سلام می کند.(۲)

اسرار نماز و زیباشناسی نماز

اشاره

اسرار نماز و زیباشناسی نماز

هر یک از اعمال و رفتار نماز، باطنی نورانی و اسراری پر معنا دارد. توجه به این آثار، بسیاری از زیبایی ها و ظرافت های نماز را روشن می کند که در این جا برخی از این اسرار را به اجمال بیان می کنیم:

الف) رمز و راز وضو گرفتن

شستن دست ها در وضو، اشاره به دست کشیدن از خواهش های نفسانی و شهوات حیوانی است.

آن وضو را تو وضو گوی که در شستن دست

شستن دست تو از خواهش دنیا باشد

شستن صورت، شستن غبارِ توجه به غیر حق است و مسح سر، سر خط بندگی است و مسح پا، اشاره پازدن به غیر خدا و قدم زدن در ساحت حرم حضرت خداوند است.(۳)

پیامبر در حدیثی می فرماید: «شستن صورت و دست ها و مسح سر و

۱- بحار الانوار، ج ۸۶، ص ۲۱۵.

۲- برای استفاده بیشتر نک: امام خمینی، به سرّ الصلاه، ص ۱۰۸ _ ۱۱۵.

۳- عبدالحسین تهرانی، اسرار الصلوه، ص ۱۰۱ و ۱۰۲.

پاها در وضو رازی دارد. شستن صورت در وضو، یعنی خدایا! هر گناهی که با این صورت انجام دادم، آن راشست وشو می کنم که با صورت پاک به جانب تو بایستم و عبادت کنم و با پیشانی پاک سر بر خاک بگذارم. شستن دست ها در وضو، یعنی خدایا! از گناه دست شستم و به واسطه گناهانی که با دستم مرتکب شده ام، دستم را تطهیر می کنم. مسح سر در وضو، یعنی خدایا! از هر خیال باطل و هوس خام که در سر پرورانده ام سرم را تطهیر می کنم و آن خیال های باطل را از سر به دور می اندازم. مسح پا، یعنی خدایا من از رفتن به مکان زشت پا می کشم و این پا را از هر گناهی که با آن انجام داده ام، تطهیر می کنم.(۱) پیامبر از این رو صلی الله علیه و آله در حدیث دیگر می فرماید: «اگر کسی با وضو از دنیا برود، شهید از دنیا رفته است.»(۲) در حدیث دیگر در ثواب وضو می فرماید:

بدان که در وضو چون صورت خود را بشویی،گناهانی که با زبان و چشمانت مرتکب شده ای پاک می شود و چون دست هایت شسته شود، گناهانت از جانب راست و چپ ریخته گردد و آن گاه که پاهایت را مسح می کنی، گناهانی که با پاهایت مرتکب شده ای، پاک می گردد.(۳)

این همه ثواب از رمز و رازهایی خبر می دهد که حاکی از زیبایی ها و ظرافت های این عمل است. به واقع، در لوح محفوظ الهی، بر ثواب وضو آن قدر تاکید شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله نیز با گفتن چنین عبارت هایی، پرده

۱- عبداللّه جوادی آملی، اسرار عبادات، ص ۲۰.

۲- وسایل الشیعه، ج ۱، ص ۲۶۹.

۳- میرمحمد عبدالحسیب، مناهج الشارعین، ص ۱۶۵.

از اسرار وضو برداشته و زیبایی های آن را عیان کرده اند.

ب) رمز و راز تیمم

راز تیمم این است که: هر گـاه آب نیـافتی، پس خاک را که به ظاهر پست ترین پدیـده های جهان است دست و صورت خود را با آن آغشته کن تا تمامی کبر و غرور و شهوات و هواهای فردی و شیطانی از تو دور گردد تا خدای رحیم بر این همه ذلت و خاکساری تو رحم کند، دستت را گرفته و در راه آورد.(۱)

ج) رمز و راز بالا بردن دست ها هنگام تکبیر

بعضی گویند:

بلنـد کردن دست هـا در تکبیره الاـحرام نمـاز اشـاره به این است که پروردگارا! در دریای معصـیت غرق شـده ام، برای نجاتم دستم را بگیر.(۲)

اهل معرفت گویند که (نمازگزاران باید) به واسـطه آن، غیر (خدا) را به پشت سراندازند و خار طریق وصول را از میان بردارند و خود را منقطع از ماسِوی و خالص و مخلص گردانند. آن گاه به معراجِ حقیقی، معنوی و مسافرت الی اللّه روند.(۳)

چ) رمز و راز راست نگاه داشتن گردن در هنگام رکوع

شخصی از حضرت علی (ع) پرسید: «مقصود از راست نگاه داشتن گردن در رکوع چیست؟» حضرت فرمود: «یعنی (خدایا!) به فرمان توام؛

۱- علاء الدین حجازی، فرهنگ نماز، ص ۵۲.

۲- حسین انصاریان، عرفان اسلامی، ج ۵، ص ۲۰۳.

۳- حضرت امام، چهل حدیث، ص ۴۳۱.

گرچه به تیغ گردنم بزنی».(۱)

خ) رمز و راز سجده

از حضرت علی (ع) راز تأویل دو سجده را پرسیدند. در پاسخ فرمود:

سجده اول که سر بر زمین نهد، اشاره به آن است که از خاک آفریده شده است و سر را که بر می دارد کفایت است به این که از زمین برآمده است... و سجده دوم اشاره به این است که باز به زمین باز گردد و به خاک شود و باز که سر بر می دارد، رمزی است به این که بار دیگر از خاک بر آید و برانگیخته گردد در روز رستاخیز.(۲)

حضرت علی (ع) در روایت دیگری می فرماید:

ظاهر سجده، صورت گذاردن بر خاک است از روی اخلاص و خشوع، ولی باطن آن دل کندن از همه امور فانی و دل بستن به سرای باقی و رهایی از تکبر و تعصّب و تمام وابستگی های دنیوی است.(۳)

پ) سرّ رو به قبله بودن

قبله رمز استقلال، وحدت و هم بستگی است.(۴) قبله یا خانه خدا (کعبه) شعار و نشانه ای است که... دارای بُعد اجتماعی نیز هست، با این وصف که نشانه و رمز وحدت این است.(۵)

امام خمینی رحمه الله درباره قبله در آداب الصلوه می گوید:

نکته باریکی در واژه قبله هست که باید از آن غافل نبود. قبله در اصلِ

۱- فیض کاشانی، ترجمه الصلوه، ص ۴۶.

۲- فیض کاشانی، ترجمه الصلوه، ص ۵۴ و ۵۵.

۳- مستدرک الوسائل، ج ۴، ص ۴۸۴.

۴- محسن قرائتی، تفسیر نماز، ص ۲۹.

۵- سید محمدباقر صدر، نقش عبادت در سازندگی انسان، ص ۱۲۵.

لغت عرب، اسم عمل ماست؛ نه اسم خانه (کعبه)، ولی چون این عمل رو به روی آن خانه انجام می گیرد، کم کم اسم خود خانه شده است. قبله بر وزن «جِلْسَه» و «وِجهه» طرز ایستادن و روبه رو شدن با چیزی است که با حضور ذهن انجام گیرد. مواجهه ای است که انسان به حال خبردار می ایستد که گویی رژه می رود و سان می دهد و نهایت این که باید این رژه و سان در مورد خانه خدا، با همه اعضا و تمام اندام بدن بوده باشد؛ آن هم با حال خبردار و با نظم و احترام و با حضور ذهن کلی؛ پس قبله به معنای اقبال کردن به چیزی است، اما طوری که روی آوردن به آن همراه با گسستن از غیر باشد که رنگ پیوستن به آن و گسستن از غیر آن، در عمل آشکار باشد.(۱)

ت) رمز و راز تشهّد

«تشهّدِنماز، شباهت دارد به زانو زدن خلایق در پیشگاه خدای متعال در روز قیامت.»(۲)

ث) سرّ سلام در نماز

شیخ الرئیس ابوعلی سینا می گوید: امام صادق (ع) فرمود:

معنای سلام در پایان هر نماز، امان است؛ یعنی هر کس امر خدا و سنّت پیامبرش را با خشوع قلبی در مقابل خدا به جا آورد، از برای دنیا در امان و از عذاب آخرت بر کنار است. سلام نامی از نام های خداوند تعالی است که در میان خلق خود به ودیعت نهاده تا معنا و محتوای آن را در داد و ستدها، امانتداری ها و در روابط با هم و برای تأیید و تصدیق هم نشینی ها و صحت آمیزش و معاشرتشان به کار برند.(۳)

۱- عرفان اسلامی، ج ۵، صص ۱۷۲ _ ۱۷۳. به نقل از امام خمینی، آداب الصلوه.

۲- عبدالحسین تهرانی، اسرار الصلوه، ص ۴۰ _ ۴۱.

۳- شیخ الرئیس ابو علی سینا، سر الصلوه، ص ۱۱۲.

ع) رمز و راز رکوع

رکوع همراهی با فرشتگان مقرب الهی است. فرشتگان خدا، همواره در حال پرستش خدایند. برخی همواره در رکوع و بعضی همیشه در سجود و تسبیح اند.

امیرالمؤمنین (ع) می فرماید: «عده ای از فرشتگان در رکوع اند و سجود. وصف کشیدگان و تسبیح گویان بدون خستگی اند»(۱)

نمازگزارانی که به رکوع می پردازند،[نه تنها] هماهنگ با فرشتگان الهی اند، بلکه با همه ذرات عالم وجود، به تسبیح خدای سبحان مشغولند(۲) و چه عزّتی از این بالاتر.

۵. پیش نیازهای عبادت

اشاره

۵. پیش نیازهای عبادت

نظام رفتاری ما تابع برخی دیدگاه هاست که ممکن است از افراد دیگر یا محیط اطراف ما حاصل شده باشد. هر کنش و واکنشی که از ما سر می زند، تحت تأثیر این نظام رفتاری است. عبادت نیز به عنوان یک رفتار دارای ریشه ها و زمینه های خاصی است که آن ها را پیش نیازهای عبادت می نامیم.(۳)

عبادت به معنای اظهار ذلّت، عالی ترین نوع تذلّل و کرنش در برابر

۱- نهج البلاغه، خطبه ۱.

۲- اسراء، ۴۴.

۳- نک: امام خمینی؛ اسرار الصلوه؛ میرزا جواد آقا ملکی تبریزی، اسرار الصلوه؛ عبداللّه جوادی آملی، اسرار الصلوه.

خداوند است.(۱) به تعبیر دیگر، عبـادت به این معناست که بنـده خود را در مقام محکومیّت تام پروردگار خویش در آورده و لازمه آن خضوع در مقابل اوست.(۲) و هدف آن رسیدن به کمال و سعادت، خود سازی و تقرّب به خداوند می باشد. برای تحققِ عبـادت مـداوم و آگاهانه، توجه به این پیش زمینه ها امری لازم و ضـروری است و بـدون توجه به این پیش نیازها، نمی توان انتظـار داشت که عوامـل و راه کارهـای ایجاد انس بانماز اثرگـذار باشـد. همان طور که حضور در دانشـگاه و اشـتغال به تحصـیل در سطوح عالی مستلزم گذراندن دوره متوسطه است، انس با نماز نیز به برخی پیش زمینه ها نیاز دارد که بدون توجه به آن هـا، موفقیت چنـدانی در این راه حاصـل نمی شود. به عبـارت دیگر، پیش نیازهـای عبادت، برخی آمادگی های لازم را جهت ایجاد شرایط عبادت در انسان، به وجود می آورد که به کمک آن ها، انسان در مسیر عبادت اثرپذیر خواهد بود.

این پیش نیازهـا هم از جهت هنجـاری و هم از جهت آسـیب شناسـی قابـل تـوجه است؛ یعنی پیش نیازهـای عبـادت در مـورد کسـانی که با نماز انس دارنـد، محقق شـده است و کسانی که بانماز انس ندارنـد، این پیش نیازها را نیز ندارنـد. با این وجود، می توان گفت: «غفلت، وسوسه علمی، پنـدارگرایی، عقـل متعـارف، هوس مـداری و خودبینی، شـیطان و دنیـا گرایی از موانع شناختی و عملی عبادت هستند.»(۳) توبه، زهد، ریاضت، مراقبت

۱- محسن قرائتی، پرتوی از اسرار نماز، ص ۱۵.

۲- محمد نصر اصفهانی، اخلاق دینی در اندیشه شیعی، ص ۷۸.

۳- عبداللّه جوادی آملی، مراحل اخلاق در قرآن، صص ۲۳ _ ۱۴۴.

و محاسبه و تقوا مراحل مختلفی از مانع زدایی از عبادت و سیر و سلوک است.(۱)

برای بررسی بهتر و هدف مند، پیش نیازهای عبادت را در دو بخش خلاصه می کنیم:

الف) پیش نیازهای شناختی

اشاره

الف) پیش نیازهای شناختی

هر فردی قبل از این که به وادی نماز و عبادت وارد شود، بایـد در نظام معرفتی خود مقـدمات لازم را برای دست یابی به بینش های فرا نگر تحصیل کرده باشد. عبادتی که از روی شـناخت و معرفت نباشد، اگر چه استمرار داشته باشد، ولی قطعا رابطه ای عمیق نخواهد بود. نمازگزار بعد از پشت سر گذاشـتن مراحل شـناختی و ایجاد برخی معرفت ها و ایجاد بینش های صـحیح با استفاده از عوامل انس می تواند به مراحل عالی نمازگزاری دست یابد و گرنه نمازی که از روی عادت و بدون اثر درونی برپا می شود، چیزی بیش از به جا آوردن یک آداب ظاهری نیست. این پیش نیازهای شناختی عبارت اند از:

۱. خودشناسی

۱. خودشناسی

انسـان در فرآینـد خودشناسـی بـه ضـرورت عبـادت پی می برد و نسـبت بـه عبـادت احسـاس نیـاز می کنـد. انسـان در روند خودشناسی، می فهمد که زندگی علاوه بر جنبه های مادی، ابعاد معنوی نیز دارد که در فطرت خدادادی ریشه دارد و دوام آن به کسب اخلاق فاضله و عبادت و پرستش خداوند است. نتیجه این شناخت، درک نیازمندی های انسان به

۱- مراحل اخلاق در قرآن، ص ۱۴۹ _ ۲۱۸.

خداوند است(۱) و پس از درک این نیازهاست که انسان، خداوند را به خاطر نعمت های بی پایانش شکر می کند. و این همان روح بندگی است.

امیرالمؤمنین (ع) در توصیف اهمیت خودشناسی می گوید: «برترین پیروزی برای آدمی، شناختن نفس خویشتن است.»(۲)

۲. خداشناسی و توحید

۲. خداشناسی(۳) و توحید

انسان تا زمانی که خدا را نشناسد و به مقام عظمت او آگاه نشود، انگیزه ای برای عبادت ندارد. ولی خداشناسی نیز به دنبال خودشناسی حاصل می شود.(۴) در عین حال پی بردن به ابعاد وسیع توحید مستلزم تلاش، جهت کسب معرفت بیشتر است.

امام حسین (ع) می فرماید:

ای مردم! خداوند بندگانش را خلق نفرمود، مگر برای آن که او را بشناسند، پس هنگامی که او را شناختند، او را عبادت کنند و هنگامی که او را عبادت کردند، دیگر بی نیاز از عبادت غیر او شوند.(۵)

ایمان به خدای یگانه و باورِ توحیدی یکی از عمده ترین پیش نیازهای معرفتی عبادت است که بدون توجه به آن، عبادت چیزی جز آداب ظاهری نخواهد بود. آگاهی از معنای واقعی توحید، بر عبادت آثار

۱- «یا ایها الناس انتم الفقراء الی اللّه ؛ ای مردم شما نیازمند به خدایید». فاطر ۱۵

۲- غرر الحکم و دررالکلم، ص ۲۳۲.

۳- نک: محمدمحمدی ری شهری مبانی خداشناسی.

۴- قال رسول اللّه : «آن کس که خود را شناخت خدای خویش را شناخت». بحار الانوار، ج ۲، ص ۳۲.

۵- بحار الانوار، ج ۵، ص ۳۱۲.

بسیار ژرف و عمیقی می نهد.(۱) طبق نظر عرفا و علمای اخلاق، توحید از عالی ترین مراحل سیر و سلوک است.(۲)

۳. معاد شناسی

۳. معاد شناسی

آثار تربیتی معاد، یکی از بزرگ ترین راه کارهای اخلاقی برای ترک صفات ناپسند و ایجاد فضایل اخلاقی است. به طوری که انکار معاد را می توان بزرگ ترین عامل گستاخی بشر در سرپیچی از دستورهای الهی دانست. در مقابل، ایمان به معاد، بالاترین ضمانتِ اجرایی عمل به دستورهای الهی است.

از این منظر، معاد یکی از مهم ترین پیش نیازهای شناختیِ عبادت است. آگاهی انسان از حیات پس از مرگ، سبب انس او با عبادت و احساس نیاز نسبت به کسب توانایی های لازم، جهت این سفر سرنوشت ساز است.(۳)

۴. امام شناسی

۴. امام شناسی

امامت از اصول مذهب شیعه و از مبانی جهان بینی شیعی است که نقش به سزایی در زندگی عبادی شیعیان داشته است. ائمه اطهار (ع) افزون بر این که الگوهای بارز و کامل عبادت و اسوه دین داری بوده اند، اندیشه ها و راهبردهای گرانقدرشان، همواره راه انسان ها در مسیر عبادت

۱- نک: مرتضی مطهری، جهان بینی توحیدی؛ شهید دستغیب، توحید؛ شهید دستغیب، گناهان کبیره، ج ۱.

۲- مراحل اخلاق در قرآن، ص ۳۸۵.

۳- نک: شیخ عباس قمی، منازل الاخره؛ مرتضی مطهری، حیات اخروی؛ عبداللّه جوادی آملی، معاد در قرآن؛ جعفر سبحانی، معاد انسان و جهان.

الهی نشان می دهد. از منظر شیعه ائمه (ع) واسطه فیض الهی اند و سبب نزول برکات بر انسان ها می شوند و پذیرش اصل ولایت از شرایط قبولی اعمال است.(۱) امیرالمؤمنین (ع) می فرماید:

ما باب اللّه هستیم و راه خدا از طریق ما شناخته می شود.(۲)

ب) پیش نیازهای رفتاری

اشاره

ب) پیش نیازهای رفتاری

چون کردارها و رفتارها، در شکل گیری نظام ارزشی موثر است، اعمال صالح سبب تقویت ایمان(۳) و جلای قلب می شوند و در مقابل، اعمال ناپسند سبب سنگدلی و ضعف ایمان می گردد.(۴)

عبادت نیز از این قاعده مستثنی نیست. کسی که می خواهد در فضای بندگی قرار گیرد، نباید هر کاری را انجام دهد؛ چون برخی اعمال، انسان را از گرایش به عبادت محروم می کند. تأثیر اعمال بر روند عبادیِ انسان، از دیدگاه روایات نیز تأیید شده و تصریح شده است که برخی اعمال سبب می شود انسان توفیق عبادت را از دست بدهد. برای مثال، گناه مانع نماز شب دانسته شده است.(۵) در مقابل، انجامِ عمل صالح سبب نیرومندی دیگر فضایل اخلاقی فرض شده است. هم چنین روزه، سبب

۱- اصول کافی، ج ۱، ص ۴۳۰؛ وسایل الشیعه، ج ۱، ص ۹۰.

۲- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۲۲؛ بحارالانوار، ج ۸۳، ص ۱۲۷.

۳- قال الصادق (ع): «الایمان اَن یُطاع اللّه ـ و لا یَعصاه؛ ایمان، اطاعت خدا ودوری از گناه است.» بحارالانوار، ج ۷۸، ص ۲۶۰.

۴- در برخی از احادیث آمده که اگر بنده ای گناه صغیره یا کبیره مرتکب شود، از حوزه ایمان خارج می شود. وسایل الشیعه، ج ۹، ص ۲۶.

۵- میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۲۲؛ بحارالانوار، ج ۸۳، ص ۱۲۷.

تثبیت اخلاص و نماز سبب دوری از غرور دانسته شده است.(۱)

رعایت این پیش زمینه های رفتاری، برای ایجاد انس با نماز لازم و مؤثر است و بدون توجه به آن ها، رعایت عواملِ انس با نماز نمی تواند تأثیر چندانی را در پی داشته باشد. این پیش نیازها عبارتند از:

۱. ترک گناه

۱. ترک گناه

گناه بزرگ ترین مانع انسان در مسیر بندگی است که انسان را از هدف آفرینش خود دور می کند و به سوی کفر می کشاند.(۲) از روایات(۳) برمی آید که ترک گناه مهم تر از انجام اعمال صالح است.(۴) گناه آثار متعددی دارد که زمین های عبادت را از بین می برد.(۵)از بین رفتن لذّت عبادت نیز به طور مستقیم معلول انجام گناه است.(۶) از این رو، انسان گناهکار از نماز لذت نمی برد و به همین دلیل با آن انس نمی گیرد.

۲. نیت خدایی

۲. نیت خدایی

نیّت خدایی، معیار ارزش گذاری هر گونه عبادتی است(۷) و تا زمانی که این پیش نیاز حاصل نشود، نمی توان عبادت را واجد ارزش خاصّی

۱- طبرسی، الاحتجاج، ج ۱، ص ۱۳۴.
۲- همّت سهراب پور، آثار گناهان، ص ۶ _ ۲۴.
۳- احمدبن فهد الحلی، عده الداعی و نجاح الساعی، ص ۱۲۸ و ۲۹۴؛ مستدرک الوسائل، ج ۲، ص ۳۰۲.
۴- شهید دستغیب، گناهان کبیره، ج ۱، مقدمه ص ۱۴.
۵- نک: همّت سهراب پور، آثار گناه، انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۶- استاد مظاهری، شرح و تفسیر دعای کمیل، ص ۲۳؛ آثار گناهان، ص ۲۹ _ ۳۱ به نقل از سخن خدا، ص ۱۶۷؛ المراقبات و معالم ص ۱۲؛ مهدی نراقی، جامع السعادت، ج۳، ص ۴۸.
۷- قال رسول اللّه : «انما الاعمال بالنیات؛ اعمال به نیت بستگی دارد.» سنن ترمزی، ج ۴، ص ۱۷۹.

تلقی کرد. در واقع، عبادت و بنـدگی خـدا جز با اخلاص، مفهومی نـدارد و معنای حقیقی عبادت، با نیّت غیر خـدایی سازگار نیست و در حد به جا آوردن آداب ظاهری متوقف می ماند.

۳. ادای حق مردم

۳. ادای حق مردم

کسی که در انـدیشه ادای حق مردم نیست، به طور طـبیعی یـک نوع کـدورت قلـبی پیـدا می کنـد. از این رو، گفته انـد حرام خوری سـبب سنگدلی و مانع استجابت دعا و قبولی عبادت می شود. حضرت رسول صلی الله علیه و آله می فرماید: «العباده مع اکـل الحرام کالبناء علی الرمل؛ عبادت همراه حرام خوری مثل ساختن بنا بر روی سـنگریزه بی فایـده و اثر است.»(۱) امام علی (ع) نیز خطاب به کمیل می فرماید:

«هرگاه غذای تو از راه حلال و درآمد صحیح نباشد، خداوند تسبیح گفتن و شکرگزاری تو را نمی پذیرد.»(۲)

از طرف دیگر، نیازمندان نیز حقی بر ما دارند که باید آن را ادا کنیم.

۴. تباه شدن عمل

۴. تباه شدن عمل

برخی اعمال سـبب بی خاصـیت شـدن کارهای نیک می شوند که حبط یا تباه شدن عمل نامیده می شود. حبط اعمال پی آمد طبیعی رفتارهایی است که دایره تاثیرشان محدود نمی ماند و در روندی بلند مدّت نظام رفتاری را از درون تهی می کند.(۳)

کفر بعد از ایمان،(۴) منت گذاشتن،(۵) حسد ورزیدن،(۶) ریا کاری،(۷)

۱- شیخ عباس قمی، سفینه البحار، ج ۱، ص ۲۹۹.

۲- شیخ عباس قمی، سفینه البحار، ج ۱، ص ۲۹۹.واژه «حِلّ».

۳- مرتضی مطهری، مجموعه آثار، ج ۱، ص ۳۱۳.

۴- بقره، ۲۱۷.

۵- بقره، ۲۶۳.

۶- بحار الانوار، ج ۱۵، ص ۱۳۲.

۷- عبـادت عـالی ترین نوع و کرنش در برابر خداونـد است و عملی که برای غیر خـدا انجام شود، به خودی خود نقض مفهوم عبادت است.

ستیزه گری با حقیقت (جحود)(۱) و عُجْبْ(۲) از جمله عواملی هستند که سبب حبط اعمال می شود. هم چنین بازگو کردن عمل برای ریا(۳) و خوردن مال حرام(۴) نیز چنین اثری دارد.

۵. پرهیز از بدخواهی برای دیگران

۵. پرهیز از بدخواهی برای دیگران

اگر می خواهیم عبادت ها و اعمال ما پذیرفته شود، باید در عین پرداختن به دیگر عوامل تاثیرگذار در این امر، روابط اجتماعی خویش را نیز اصلاح کنیم. افرادی که در اجتماع، با مردم برخورد مناسبی ندارند، از آن رو نمی توانند خدا را به خوبی عبادت کنند که به تدریج نسبت به انسان ها سنگدل می شوند. و این عارضه به رابطه آن ها با خداوند نیز تسّری می یابد. غیبت کردن، تهمت زدن، دسیسه چینی از جمله بد خواهی های ما نسبت به دیگران است.

امام صادق (ع) می فرماید:

غیبت، در محو دین، از مرض خوره در شکم انسان سریع تر عمل می کند.(۵)

حضرت رسول صلی الله علیه و آله می فرماید:

۱- کهف، ۱۰۵.

۲- اصول کافی، ج ۳، ص ۴۲۸.

۳- وسایل الشیعه، ج ۱، ص ۵۵.

۴- عده الداعی، ص ۲۹۵.

۵- اصول کافی، ج ۲، ص ۳۶۵.

کسی که غیبت زن و مرد مسلمانی را بکند، تا چهل روز خداوند نماز و روزه اش را نمی پذیرد؛ مگر آن که آن شخص او را ببخشد.(۱)

امام باقر (ع) نیز می فرماید:

همانطور که آتش هیزم را می سوزاند، حسد(۲) ایمان را نابود می کند.

هم چنین امام صادق (ع) می فرماید:

حسد، عُجْب و فخر فروشی آفت دین است.(۳)

در روایات دیگر نیز می خوانیم، خداوند ناسزاگویی(۴) را دوست ندارد و ورود به بهشت بر ناسزاگو حرام است.(۵) فخر فروشی، حسد، عُجب، غیبت و فخر نمونه هایی از رفتارهای ناپسندند که در آن ها بدخواهی برای دیگران نهفته است و مانع از برخورد صحیح انسان در روابط اجتماعی به عنوان پیش نیازهای رفتاری و عملی عبادت می شود.

۶. شناخت نسبت به نماز

اشاره

۶. شناخت نسبت به نماز

یکی دیگر از راه های ایجادِ انس با نماز، افزایش شناخت و آگاهی است. به همین دلیل، اگر نمازگزار از عبادت و هدف آن شناخت کافی داشته باشد، در مدار عبادت قرار می گیرد و نمازش را با حضور و انسِ قلبی به جا می آورد. کسب این شناخت، مقدمه ورود به بسیاری از اعمال

۱- اصول کافی، ج ۲، ص ۳۶۵.
۲- اصول کافی، ج ۲، ص ۳۰۶.
۳- اصول کافی، ج ۲، ص ۳۰۷.
۴- قال رسول الله صلی الله علیه و آله : «ان اللّه لا یحب الفاحش المتفحش؛ خداوند دشنام گو را دوست ندارد.» وسایل الشیعه، ج ۷، ص ۲۴۵.
۵- قال رسول اللّه صلی الله علیه و آله : «انّ اللّه حرّم الجَنَّه علی فحّاش؛ خداوند بهشت را بر دشنام گو حرام کرده است.» اصول کافی، ج ۴، ص ۱۴؛ محمد رضا عطایی، مجموعه ورام، ج ۱، ص ۱۱۰.

دیگر است که فرد را در میسر عبادت ثابت قدم می کند و حرکتی آگاهانه و مستمر را در قلمرو عبادت رقم می زند. به تعبیر دیگر، بدون شناخت و آگاهی، راه کارهای دیگر ایجادِ انس با نماز، نمی توانند یک عبادتِ عارفانه را به دنبال داشته باشند.

سه رکن اصلی عبادت

اشاره

سه رکن اصلی عبادت

زیر فصل ها

عابد

معبود

عبادت

عابد

عابد

انسانی که با معبود خود مناجات می کند، به شناخت خود نیازمند است؛ چون از رهگذر شناسایی نیازهای درونی خویش است که ضرورت روی آوردن به خداوند را درک می کند. وقتی انسان به فقر ذاتی خود پی می برد(۱) و می فهمد که در این جهان بزرگ نقطه کوچکی بیش نیست و در می یابد که آفریده خداوند متعال است، آن گاه نماز را چون قطره ای با دریای بی کران وجود در اتّصال می بیند.

انسان در ارزیابی سیر وجودی خود از عوالم قبل از این دنیا (عالم زَر و بطن مادر) تا عوالم بعد از این دنیا(برزخ و قیامت)، به این نکته پی می برد که مدّت زمان زندگی او در این دنیا، در مقایسه با زندگی جاوید او بسیار اندک است. از این رو، در می یابد که در گریز از این محدودیتِ زمانی و مکانی، چاره ای جز اتّصال با مبدأ وجود ندارد و عبادت پلی است که او را از این محدودیت به جاودانگی رهنمون می سازد. اگر نمازگزار قبل از ورود به نماز تمام هستی را از جمله کره زمین، خورشید، ماه و دیگر سیاره های منظومه شمسی، کهکشان ها و... را به

۱- «یا ایها الناس انتم الفقراء الی اللّه ؛ ای مردم! شما همگی نیازمند به خدایید».(فاطر: ۱۵).

سرعت از نظر بگذرانـد و سـپس جایگاه خودش را در این مجموعه عظیم هستی به یاد آورد، آن گاه این نیاز در او تشدید می شود که به ارتبـاط بـا مبـدأ هستی نیـاز دارد. در چنین حالتی، عبادت شادی آفرین می شود؛ زیرا در ورای آن پیونـد خود را به عنوان کوچک ترین ذره هستی با مبدأ آفریدگار عالم (جاودانگی) حس می کند.

معبود

معبود

نمـازگزار برای این که عبـادتی خالصـانه و با ادبِ حضور به جای آورد، می بایست عظمت خداونـد را به خود، یادآوری کند که در مقابـل چه کسـی ایسـتاده است. در این راسـتا، توجه به صـفات ثبوتیه ماننـد علم، رحمت و... و صـفات سـلبی هم چون شریک نداشـتن و ظالم نبودن خداوند، نمازگزار را یاری می دهد که با عنایت به این صفات، پاسخ نیازهای خود را در انسِ با نماز جست وجو کند.

وقتی، برای عزیزان و افراد مورد علاـقه خود احترام می گـذاریم و هنگـام برقراری ارتبـاط، توجّه خود را به آن ها معطوف می کنیم، از این رو، بایـد در پیشـگاه خـالق خود نیز با حضور قلبی دوچنـدان به نماز بایستیم. وقتی انسان ها در پیشـگاه شـخص با نفوذی که جلال و قدرت دنیایی او، چشم را خیره می کند، احساس خضوع می کنند، آیا حضرت حق سزاوار آن نیست که به عنوان حـاکم و مالـک حقیقی هستی خضوع و خشوع ما را برانگیزد؟ اگر با چنین تصوّری نماز را برپا کنیم، آن گاه به عبادت و نماز اهل بیت (ع) که درک عظمت الهی(۱) در آن موج می زند، نزدیک

۱- وسایل الشیعه، ج ۴، ص ۶۸۸، باب ۳، ح ۶؛ بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۵۳، ۲۵۸؛ میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۸۱، ۳۸۲.

شده ایم.

عبادت

عبادت

بسیاری از نمازگزاران ازماهیّت عبادتی که انجام می دهند، آگاه نیستند یا نگرش صحیحی در این مورد ندارند. به همین دلیل، با وجود این که رو به قبله می ایستند، در عبادت حضور قلب ندارند و نمازشان در آداب ظاهری خلاصه می شود.

آگاهی از ماهیت نماز، معانی عبارت ها و ذکرهای نماز، فلسفه و حکمت نماز، معنای اعمال نماز، مقدّمات (وضو، تیمم، غسل) و تعقیبات نماز اثر قابل توجهی در افزایش پیوند درونی نمازگزار با امر نماز و افزایش حضور قلب او می شود؛ زیرا در نتیجه افزایش آگاهی، احساس نیاز، احساس حضور و درک عظمت حاصل می شود که هر یک در جای خود نیاز به شرح مفصّلی دارد.

علل رفتاری انس با نماز

اشاره

علل رفتاری انس با نماز

زیر فصل ها

۱. تکرار و تداوم عبادت

۳. نماز اولِ وقت

۴. الگوهای رفتاری ــ شخصیتی

۵. خاطراتِ نماز

۱. تکرار و تداوم عبادت

۱. تکرار و تداوم عبادت

با توجّه به تعریفی که از انس و جایگاه انس در مراحل رفتاری ارایه شد، جایگاه تکرار، در ایجاد انس با نماز قابل چشم پوشی نیست؛ زیرا بدون تکرار عمل، فرد نمازگزار نمی تواند به مرحله ای برسد که با نماز خو بگیرد.

چون تکرار یک عمل سبب تسلط بر آن کار و سهولت آن می شود، هم چنین برنامه نظام مفید رفتاری را موجب می گردد، در تکرار عبادت

نیز تقیّد و ضمانت اجرایی درونی در نزد شخص نمازگزار بیشتر می شود که همان انس با نماز است.

از این رو، تکرار عملِ عبادت نباید امر بیهوده ای تلقی شود. این که انسان باید در همه حال خدا را عبادت کند، رهنمون اصلی تکرار عبادت است و ثبات قدم مؤمن را جلوه گر می سازد. از این رو، می توان گفت ایمان واقعی انسان را در مسیر عبادت ثابت قدم می کند. کسی که استمرار در عبادت را برای خود دشوار ببیند، به جوهره ایمان دست نیافته است. باید دانست همان طور که استمرار گناه، قلب را می خشکاند، دوام بر اطاعت، دل را احیا می کند. از این رو امام صادق (ع) می فرماید: «اَلْاِبْقاءُ عَلَی الْعَمَلِ حَتّی یَخْلُصَ اَشَدُّ مِنَ الْعَمَل؛ باقی ماندن بر عمل تا این که خالص شود، از خود عمل سخت تر است.»(۱)

سیره انبیا و ائمه (ع) نیز نشانگر این اصل مهم است که عبادتِ پروردگار مشروط به زمان یا مکان خاصی نیست. حضرت ابراهیم (ع) حتّی در زمانی که به سوی آتش پرتاب می شد، نام و یاد خدا را در دل داشت و او را صدا می کرد.(۲) امام حسین (ع) نیز در آخرین لحظات عمرش در حالی که عزیزانش را از دست داده بود و تشنگی طاقت فرسایی او را آزار می داد، در همان حال که خون آلود بر زمین افتاده بود، با خدای خود

۱- اصول کافی، ج ۲، ص ۱۶.
۲- السید شعاته، محمد احمد جارالمولی، محمد ابوالفضل ابراهیم، علی محمد البجاوی، نک: قصه های قرآن، ترجمه: مصطفی زمانی.

مناجات می کرد و پیش از آن نیز در اوج درگیری ها به نماز ایستاده بود.(۱) در فرهنگ قرآن نیز کمال نماز در استمرار نماز به تعبیر دیگری و محافظت نماز است. «الَّذینَ هُمْ عَلی صَلاتِهِمْ دائِمُونَ؛ کسانی که دایم در نمازند (معارج: ۲۲)».

۲. بهداشت و امنیت روانی(۲)

همان گونه که برای داشتن زندگی با نشاط، داشتن سلامت جسمی امری لازم و غیر قابل انکار است، بهره مندی از سلامت روانی نیز یک ضرورت انکارناپذیر است. امنیت روانی از بزرگ ترین نعمت های الهی است. در جامعه مدرنِ امروز، ناراحتی های روحی روانی روندی صعودی به خود گرفته است و کمتر انسانی از فشارهای روانی در امان مانده است. اغراق نیست اگر بگوییم امروز افزایش فشارهای عاطفی و هیجانی، امنیت روانی بشر را تهدید می کند.(۳)

امنیت روانی وجه جدایی ناپذیر بهزیستی و رفاه اجتماعی است و تمام زوایای زندگی انسانی را در برمی گیرد. آنچه در بهداشت روانی بیش از هر چیز مورد نظر است، احترام به شخصیت و حیثیت انسانی است و تا هنگامی که شخصیت فرد در نظر گرفته نشود، سلامت فکری و تعادل روانی و بهبود روابط انسانی معنا و مفهومی نخواهد داشت.

۱- محمدمهدی اشتهاردی، سوگنامه آل محمد، ص ۳۶۴ و ۳۶۵؛ به نقل از مقتل الحسین مقرّم، ص ۲۹۴ و ۲۹۷.

۲- نک: بهروز میلانی فر، بهداشت روانی، ص ۱۳ تا ۱۷.

۳- نک: ورنون کلمن، فشار روانی زهرآگین و اندوه قرن بیستم، ترجمه: محمدرضا نیکخو، محی الدین غفرانی، دکتر داوود شریفی.

با تعاریف مختلفی که در مورد سلامت روانی ارایه شده است،(۱) در مجموع می توان گفت: بهداشت و امنیت روانی سبب می شودافراد با اتخاذ شیوه های صحیح روانی و عاطفی با محیط خود سازگاری حاصل کرده و برای حل مشکلات خود از راه های مطلوب اقدام کنند و از ناهنجاری های رفتاری به شدّت بکاهند. از این رو، امنیت و بهداشت روانی تاثیر انکارناپذیری بر نظام رفتاری افراد دارد که در صورت تغییر و نوسان روال زندگی، انسان ها را دستخوش تغییرات قابل توجهی می نماید که در نظر اول غالبا پنهان است.

عبادت و به ویژه نماز نیز به عنوان یک رفتار در نظام دینی تحت تأثیر این عامل است؛ یعنی کسی که «اعصابش خورد است» یا «حال و حوصله ندارد» و از بهداشت و امنیت روانی برخوردار نیست، نمی تواند با نماز انس بگیرد. همان طور که در بسیاری از زمینه های دیگر قدرت و صلاحیت خود را از دست می دهد. به همین جهت، در تشویق افراد به سوی نماز، نخست باید در این نکته اندیشید که او تا چه میزان از بهداشت و امنیت روانی برخوردار است. در غیر این صورت، تمامی تلاش ها برای تشویق چنین افرادی به نمازگزاردن با موانعی جدی برخورد می کند.

۳. نماز اولِ وقت

۳. نماز اولِ وقت

هر کدام از نمازهای پنج گانه در وقت مشخصی از شبانه روز اقامه می شود. به عبارت دیگر، هر نمازی محدوده زمانی معینی دارد که در آن

۱- نک: بهروز میلانی فر، بهداشت روانی، ص ۱۳ _ ۱۷.

حد فاصل نماز خوانده می شود و اگر کسی نماز را در آن محدوده به جا نیاورد، بعد باید قضای آن را به جا آورد.

زمـانی که برای نماز در نظر گرفته شـده است از نظر فضـیلت یکسان نیست.(۱) بنـابراین، برپایی نماز در اولِ وقت سـبب التزام نمـازگزار و ایجـاد یـک برنـامه منظم نمـازگزاری می شود که نمازگزار طبق آن برنامه، پیوسـته و منظم به نماز می ایسـتد. این نظم، در ایجـاد انس بـا نمـاز اثر زیادی دارد؛ به طور کلی، نظمی که در سایه نمازگزاری ایجاد می شود، در ایجاد انس با نماز موثر است. علاوه بر این، چنین نظمی به دیگر موارد زندگی نیز تسرّی می یابد.

پیش تر گفتیم که انس به نماز، یکی از مراحلِ عالی نمازگزاری است و محصول تـداوم رفتاری است که طی یک برنامه منظم به اجرا در می آید. تقیّد به نماز گزاردن در اولِ وقت، سبب می شود برنامه ای که به انس با نماز می انجامد، ضمانت اجرایی بیشتری پیدا کند.

در روایـات نیز، به نمـاز اولِ وقت بهای زیادی داده شـده است و با عبارت های گوناگون، نمازگزاران به نمازگزاریِ اولِ وقت تشویق شده اند. اولِ وقت، بهترین وقت(۲) و نماز اولِ وقت برترینِ عمل ها است.(۳) برتری نمازگزاردن در ابتدای وقت نماز بر آخرین فرصت آن مثل برتری آخرت بر دنیاست.(۴) وقتی که وقت نماز فرا می رسد، درهای آسمان برای بالا

۱- هر نمازی یک وقت فضیلت دارد که از ابتدای وقت وجوب نماز اذان آغاز می شود.

۲- تهذیب، ج ۲، ص ۲۵۳، ح ۱۰۰۴؛ استبصار، ج ۱، ص ۲۵۸، ح ۹۲۵.

۳- عوالی اللئالی، ج ۲، ص ۲۱۳؛ المستدرک علی الصحیحین، ج ۱، ص ۳۰۱، ح ۶۷۸ .

۴- الکافی، ج ۳، ص ۲۷۴، ح ۶؛ تهذیب، ج ۲، ص ۴۱، ح ۱۲۹؛ مکارم الاخلاق، ج ۲، ص ۶۶، ح ۲۱۶۶.

رفتن اعمال باز می شود.(۱) کسی که بعد از عصر منتظر فرا رسیدن وقت نماز است، زایر خداست و خداوند زایرش را گرامی می دارد.(۲) از این رو شیطان از مؤمنی که نماز را در اول وقتش به جا می آورد همواره می ترسد.(۳)

۴. الگوهای رفتاری ـ شخصیتی

۴. الگوهای رفتاری ـ شخصیتی

در تحوّلِ تمدّن و فرهنگ بشری، تعلیم و تربیت عامل مهمی برای انتقال اندوخته های فکری، ارزش های والای انسانی و خصلت های نیکو از نسلی به نسل دیگر بوده و عامل شکوفایی در زیست روحی انسان ها تلقی می شده است.

بر همین اساس، تربیت دینی نیز غرایز و نیازهای آدمی را در جهت هدایت الهی منطبق با فطرت، ارضا کرده و به تناسب جدی گرفتن آن در جوامع، سبب استواری دین و آموزه های الهی در انسان و اجتماع شده است. از این منظر، تربیت دینی با ایجاد زمینه برای رشد فکری و روانی انسان، او را برای حیات و زندگی اخروی آماده می کند. حیاتی که از دنیا به آخرت امتداد می یابد.

برای ایجاد تربیت دینی به عوامل زیادی از جمله اُسوه سازی و همانند سازی فرد با الگو و اُسوه دخالت دارند. «اُسوه» الگوی نمونه ای است که انسان در پیروی از آن، ماهیتی دیگر می یابد و حسب این که

۱- وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۸۷.
۲- شیخ صدوق، خصال، باب الثلاثه، ح ۱۲۷.
۳- وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۱۸.

الگوی پیروی شونده چه ویژگی هایی داشته باشد، سمت و سویش مشخص خواهد شد.

در روش الگو سازی فرد ویژگی های برجسته الگو را درونی می کند. «همانند سازی، فرآیند روانی است که فرد یک جنبه یا یک ویژگی از دیگری را به خود می گیرد و خود را بر اساس الگو تغییر می دهد. شخصیت به وسیله یک ردیف همسان سازی تشکیل می گردد و متمایز می شود.»(۱)

در تربیت دینی، تأثیر انتخاب الگوها در ایجاد نگرش و رفتار مطلوب و سالم بسیار با اهمیت قلمداد شده است و یکی از ویژگی های تربیت اسلامی توجه دادن فرد به الگوهای مطلوب و الهی است. در این چارچوب، قرآن و سنّت الگوهایی را معرفی می کنند که انسان در سایه همانند سازی با آنان و گوش فرادادن به تعالیم شان می تواند به کمال روحی و فکری برسد.

الگو پذیری در نماز

آیا تا به حال به نماز انبیا، ائمه، علما و عرفا اندیشیده اید؟ آیا تا به حال نمازهای پر از خشوع و خضوع را دیده اید؟ نمازهایی که آثار حضور قلب و خشوع در چهره نمازگزار ظاهر می شود. نمازهایی که قطرات اشک را بر گونه های نمازگزار جاری و زمزمه های نیایش او را طنین انداز می کند.

۱- محمود مصور و همکاران، لغت نامه روان شناسی، ص ۳۵۴.

به نظر می رسد در راستای الگوپذیری در نماز، بیان حالت هایی از نمازِ صالحان، صدیقان و عارفان موجب همانند سازی تدریجی خواهد شد. شرح حالت های ویژه ای از الگوها زمینه را برای شکل گیری یک انقلاب روحی نسبت به نماز فراهم می کند. البته نبایستی فراموش شود که در انتخاب این الگوها به ایجاد پیوند عاطفی با آن ها توجه کنیم؛ زیرا پیوند عاطفی شرط اصلی و لازم برای همانند سازی نمازگزار با الگوی مورد نظر است. در این حالت، بهتر است از شخصیت های محبوب هر جامعه ای استفاده کنیم.

۵. خاطراتِ نماز

۵. خاطراتِ نماز

ذهنیت افراد نسبت به وقایع و حقایق زندگی در بینش و برخورد آن ها بسیار مؤثر است. در بسیاری از موارد افراد به علّت ذهنیّت بدی که دارند، با امور مثبت برخوردناپسندی دارند و بسیاری از حقایق دل پسند زندگی را بد تفسیر می کنند.

یکی از عوامل ایجاد ذهنیت منفی از حقایق مثبت زندگی، وجودخاطرات ناخوشایند از آن واقعه است. برای مثال نماز یکی از حقایق مثبت زندگی معنوی بشر است، اما ممکن است به علت برخورد نامناسب برخی نمازگزاران خاطره خوبی از نماز در ذهن نقش نبسته باشد. در چنین حالتی نمی توان با دید مثبت به نکات نورانی نماز نگریست و با آن که در مثبت بودن نماز شکی نیست، ولی وجود خاطرات بد مانع از آن می شود که زیبایی نماز در دل و جان، جلوه کند.

در این میان، برخورد غلط نزدیکان به خصوص پدر و مادر، به طور مضاعف اثر سوء به دنبال خواهد داشت. خاطرات مربوط به اولین نماز و

حوداثی که مربوط به حاشیه نماز است یا محرومیت هایی که به واسطه نماز ایجاد می شود، می تواند ذهنیت های منفی نسبت به نماز ایجاد کند و پی آمدهای رفتاری و روانی سویی بر جای بگذارد. در مقابل، اگر پس از هر نماز به کودک و نوجوان یا بزرگترها محبّت کنیم و با برخوردهای عاطفی و مناسب با او ارتباط برقرار کنیم، این مفهوم در ذهن آن ها شکل خواهد گرفت که نماز، محبت می آورد. همین امر در خوش بین کردن اطرافیان نسبت به نماز، بسیار مؤثّر خواهد بود.

دلایل اجتماعی انس با نماز

اشاره

دلایل اجتماعی انس با نماز

زیر فصل ها

۱. امام جماعت

۲. مسجد

۳. نماز جماعت

۴. تجربه های مثبت نمازگزاران

۱. امام جماعت

۱. امام جماعت

مصداق کامل آنان که مساجد خدا را آباد می کنند، ائمه جماعتی هستند که مسجد را از جنبه های گوناگون گرمی و رونق می بخشند.

از بُعد عبادی، نبود امام جماعتی که شایسته مؤمنان حاضر در مسجد باشد، موجب می شود فیض بزرگ نماز جماعت از دست رود؛ اگرچه فضیلت و پاداش حضور در خانه خدا باقی خواهد بود.

از نقطه نظر فرهنگی نیز تنها، عالِمی دین شناس و متعهد خواهد توانست مسجد را به کانون گرم مباحث علمی و دینی تبدیل کند.

در بُعد اجتماعی ــ سیاسی، مسجد نیازمند مرکزیّتی است تا در سایه آگاهی از مبانی دینی و برخورداری از هوش و اندیشه

سیاسی، روشنگر افکار نمازگزاران باشد.

انجام چنین وظایفی تنها در توان عالِمی پارسا و دین شناس و مردم دار است و نبودِ چنین امام جماعتی در مسجد، تمام ابعاد مسجد را تحت تأثیر قرار می دهد؛ زیرا امام جماعت، بیشترین تأثیر را در حیات علمی،

فرهنگی، سیاسی، اجتماعی و دینی یک مسجد ایفا می کند. در بسیاری از موارد مشاهده می شود نمازگزاران به مسجد می روند وبا میل و اشتیاق فراوان در مراسم دینی حاضر می شوند؛ در حالی که مسجد از نظر امکانات و معماری، در وضعیت مطلوبی قرار ندارد. در این میان، تنها عامل روی آوردن مردم به مسجد شخصیت و برخورد خوب امام جماعت است. برخورداری امام جماعت از مراتب علمی، فضل و پارسایی و تقوا و مردم داری باعث می شود تا او بتواند نمازگزاران مسجد را از نظر فکری و معنوی پاسخگو باشد.

پرهیز از خودمحوری، احترام به آرا و نظریات اهل مسجد و مشورت کردن با آنان در ارتباط با امور مسجد، تأثیری فراوان در دلگرمی مؤمنان نمازگزار و جذب افراد جدید به مسجد دارد.

برخوردهای همراه با عطوفت و مهربانی و گشاده رویی، در نظر گرفتن سلیقه ها و افکار گوناگون، هم نشینی با ضعیفان و محرومان، ساده زیستی و برخوردهای معتدل، نقش مهمّی در جذب افراد مختلف به مسجد و نماز جماعت دارد.

محبوبیّت امام جماعت و رضایت نمازگزاران از او سبب می شود رابطه ای عاطفی و صمیمی میان امام و مأموم ایجاد شود و نمازگزاران از سرِ شوق و رغبت در مسجد حاضر شوند. البته در این میان نمازگزاران نیز باید از زحمات امام جماعت قدردانی کنند و توقعات بی جا نداشته باشند.

۲. مسجد

۲. مسجد

مسجد زیارتگاه موحدان،(۱) بازار آخرت،(۲) برترین مکان زمین(۳) و پناهگاه مسلمانان در حوادث است.(۴) کسانی که به مسجد رفت و آمد دارند، به آسانی از صراط عبور می کنند(۵) و در سایه عرشِ خدا ساکن می شوند.(۶) بیهوده نیست که می گویند: بهشت پاداش مسجدیان است؛(۷) زیرا زمین برای آن ها تسبیح می کند(۸) و فرشته ها با آن ها انس می گیرند.(۹)

گذشته از این، رفت و آمد به مسجد، فواید علمی، اخلاقی و تربیتی دارد(۱۰) و سبب اصلاح رفتار می شود.

با توجه به مسایلی که مطرح شد، نقش معنوی و رفتاری مسجد در ایجاد انس با نماز بیش از پیش بر ما آشکار می شود. مسجد سبب می گردد نماز به صحنه اجتماع کشیده شود و از حالت فردی خارج گردد و نشاط و طراوت خاصّی را در نمازگزار ایجاد کند. این نشاط و طراوت در ایجاد میل و رغبت انسان به تداوم نمازگزاری نقش عمده ای دارد.

در این میان، حتّی معماری مسجد نیز نقش خاصی در جلب

۱- وسایل الشیعه، ج ۱، ص ۲۶۸.

۲- بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۴؛ مستدرک الوسائل، ج ۱، ص ۲۲۶.

۳- نهج الفصاحه، ح ۷۱؛ وسایل الشیعه، ج ۱۲، ص ۳۴۵.

۴- وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۲۶۳.

۵- مستدرک الوسائل، ج ۳، ص ۳۶۲، باب ۳ از ابواب احکام المساجد، شماره ۱۸.

۶- مستدرک الوسائل، ج ۳، ص ۳۶۵.

۷- بحار الانوار، ج ۸۱، ص ۱۵۴.

۸- وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۴۸۳؛ نک: وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۴۷۴، باب ۴۲، ح ۷ و ۹.

۹- بحار الانوار، ج ۸۳، ص ۳۷۳.

۱۰- من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۳۷، ح ۷۱۳. نک: کوی دوست، رحیم نوبهار، فصل اول ص ۲۸ ــ ۳۳.

نمـازگزاران و ایجـاد انس بـا نمـاز دارد، ولی بنای مسـجد در عین سادگی(۱) می بایست مسـتحکم باشد.(۲) طلاکاری(۳) و نقاشی کردن(۴) صورت موجودات دارای روح بر روی دیوار مسـجد جایز نیست، ولی نوشـتن آیات قرآن و احادیث(۵) منعی ندارد.

جلوه های زیبا مثل کاشـی کاری، شبستان، سیستم روشنایی مناسب، گستره فضای سبز، فرش های زیبا و وجود امکانات خاص مثـل وضو خـانه، دسـتشویی، کتابخـانه، مراکز فرهنگی، پارکینـگ، کفش داری، مکـانی موقّت برای سـکونت مسـافران و تازه واردان به شهر، دفتر مسجد و صندوق قرض الحسنه در ایجاد انس با نماز موثر است.

در ایجاد انس با نماز، نقش مسـجد از لحاظ فرهنگی و آموزشـی نیز مهم است. برگزاری جلسات پرسـش و پاسخ، جلسه های آموزشـی، گفـت وگوهـای علمی و فرهنگی، دعـوت از شخصـیت هـای فرهنگی، برگزاری نمایشـگاه هـای عکس و کتـاب، مسابقـات ورزشـی فرهنگی و دینی، اردوهـای زیارتی، تفریحی، فرهنگی و علمی، برگزاری کلاس های کمک درسـی، وجود کتابخانه و سالن مطالعه در ایجاد روحیه دین داری و

۱- نک: کوی دوست، ص ۸۱ و ۸۲ .
۲- سنن ابو داوود، ج ۱، ص ۱۲۵، شماره ۴۵۶.
۳- مستدرک الوسایل، ج ۳، ص ۳۷۲، باب ۱۲، ح ۱.
۴- وسایـل الشـیعه، ج ۳، ص ۴۹۴. در مـورد تـوجیه عرفـانی ـ هنری ایـن حکـم. نـک: محمـد عبـدالعزیز مررزوق، تیتـوس بورکهارت، مدخلی بر اصول و روش هنری، ترجمه: جلال ستاری؛ الفنون الزخفیه الاسلامیه فی مصر، ص ۲۲.
۵- وسایل الشیعه، ج ۳، ص ۵۶۶، باب ۶، ح ۲.

گسترش فرهنگ نماز مؤثر است و می توان به یاری چنین عواملی زمینه لازم برای ایجاد انس با نماز را فراهم کرد.

* * *

در کنار عوامل فرهنگی، به نظر می رسد جنبه های بهداشتی مسجد، در جلب نمازگزاران بسیار مهم باشد. خداوند در قرآن می فرماید: «یا بَنی آدَمَ خُذُوا زینَتَکُمْ عِنْدَ کُلِّ مَسْجِدٍ؛ ای فرزندان آدم زینت خویش را به هنگام رفتن به مسجد با خود بردارید.» (اعراف: ۳۱) هم چنین خداوند، حضرت ابراهیم (ع) و فرزندش را به پاکیزگی خانه خدا امر می کند.(۱) در روایات بیان شده که جاروب کردن مسجد ثواب آزاد کردن برده را دارد.(۲) در رساله های عملیه نیز احکام خاصّی مربوط به احکام بهداشتی مسجد آمده است.(۳)

بنابراین، رعایت نکات بهداشتی در مسجد در ایجاد انگیزه، برای جذب نمازگزاران نقش عمده ای دارد. در این راستا خوش بو کردن فضای مسجد در هنگام نماز و مراسم های دینی بسیار مهم است. در مجموع، می توان گفت توجه به جنبه های گوناگون عبادی،(۴) سیاسی(۵) و نظامی(۶) در مسجد، نقش مؤثری در انس با نماز ایفا می کند. از این رو، شارع مقدس برای نماز جماعت اهمیت خاصی قایل است و مردم را

۱- بقره ۱۲۵؛ حج ۲۵؛ تفسیر نمونه، ج ۱.

۲- وسایل الشیعه، ج ۳، باب استحباب کنس المسجد و اخراج الکناسه.

۳- امام خمینی رحمه الله، توضیح المسایل، مسأله ۹۰۰ تا ۹۱۵.

۴- کوی دوست، رحیم نوبهار، فصل پنجم، ص ۱۲۵.

۵- کوی دوست، رحیم نوبهار، فصل ۸، ص ۲۰۷.

۶- کوی دوست، رحیم نوبهار، فصل ۷، ص ۱۸۹.

برای حضور در مسجد تشویق کرده است.

۳. نماز جماعت

۳. نماز جماعت

نماز جماعت در بُعد فردی سبب آمرزش گناه،(۱) نجات از نفاق،(۲) دعای خیر فرشتگان،(۳) استجابت دعا(۴) و سایه رحمت(۵) و در بُعد اجتماعی(۶) سبب ایجاد وحدت میان مسلمانان، پیوند دل ها، شناخت عدالت، علاقه به نمازگزار، معرفی اسلام در فضای عمومی جامعه، رعب و وحشت دشمنان، کسب شخصیّت و هویّت، نجات از دام شیطان، آشنایی مؤمنان با یکدیگر و نظم و انضباط می باشد.

نماز جماعت در قیامت سبب نجات از ترس های قیامت(۷) و آزادی از آتش دوزخ،(۸) عبور از صراط(۹) و ورود به بهشت می شود.(۱۰) کسی که در نماز جماعت شرکت می کند، توانایی شفاعت هشتاد هزار نفر را داراست.(۱۱)

۱- بحار الانوار، ج ۸۸، ص ۱۰.

۲- بحار الانوار، ج ۸۸، ص ۴.

۳- جامع الاحادیث، ج ۶، ص ۳۸۷، کنزالعمال ج ۲، ص ۶۲۳.

۴- بحار الانوار، ج ۸۸، ص ۴.

۵- نهج الفصاحه، ص ۲۴۱.

۶- نک: عباس عزیزی، آثار و برکات نماز در دنیا، برزخ و قیامت، ص ۹۶ _ ۱۱۲.

۷- بحار الانوار، ج ۸۸، ص ۶.

۸- محجه البیضاء، ج ۱، ص ۲۴۴.

۹- شیخ صدوق، ثواب الاعمال، ص ۳۴۳.

۱۰- وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۳۷۲.

۱۱- مستدرک الوسائل، ج ۱، ص ۲۸۸.

بـا توجه به مطـالبی که در مورد تـأثیر مسـجد و امـام جمـاعت گفته شـد، نقش نمـاز جمـاعت، در انس با نماز معلوم می شود، بسیاری از مواردی که انس با نماز را در نماز «فُرادا» تهدید می کند، در نماز جماعت وجود ندارد.

کسالت و بی نشاطی که یکی از آسیب های نماز فُرادا است،(۱) در نماز جماعت به حداقل می رسد؛ زیرا خارج شدن از خانه و حضور در اجتمـاع سـبب افزایش فعـالیت هـای اجتماعی و نوعی جنب و جوش و تنوع در برنامه زنـدگی می شود و عوارض ناشـی از انزوا را از میان می برد. در سایه این نشاط، انگیزه نمازگزار در تداوم مسیر نمازگزاری بیشتر شده و با ایجاد برنامه ای منظّم و قابل اجرا، با نماز انس می گیرد.

تـأخیر نمـاز، از اول وقت نیز یکی از آسـیب هایی است که نماز فُرادا را تهدیـد می کنـد.(۲) نمـاز جمـاعت در اول وقت و در اوقـات فضـیلت نمـاز برپـا می شود. بنـابراین، آسـیبی که در نمـاز فُرادا، احتمال آن وجود دارد، در نمازجماعت به حـداقل می رسد.

فضـیلت و ثوابی که خداونـد برای نمـاز جمـاعت و رفتن به مسـجد قرار داده است، اثر معنوی و روحانی را در انسان ایجاد می کند تا در مسـیر دین داری، بهتر حرکت کند. حضور انسان در جمع مؤمنان نمازگزار و در خانه خدا، آثار معنوی زیادی را در پی خواهد داشت.

۱- شیخ صدوق، خصال، ص ۶۱۳؛ وسایل الشیعه، ج ۴، ص ۶۸۷؛ میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۹۸؛ بحارالانوار، ج ۸۴، ص ۲۳۱.
۲- نک: بخش «جماعت یا فرادی».

یکی دیگر از آسیب هایی که نماز فردا را تهدید می کند، صحیح به جا نیاوردن اعمال و ذکرهای نماز است که در نماز جماعت، با توجه به شرایط امام جماعت و پیروی نمازگزاران از او، زیان های این آسیب نیز تا حدود زیادی خنثی می شود.

گذشته از این، نماز جماعت بر عده ای واجب است؛ مثل کسی که در نماز وسواس دارد و فقط در صورتی که نماز را با جماعت بخواند، از وسواس درامان می ماند. هم چنین اگر پدر و مادر به فرزند خود امر کند که نماز را به جماعت بخواند، چون اطاعت پدر و مادر بر فرزند واجب است، بنابر احتیاط واجب باید نماز را به جماعت بخواند.(۱)

۴. تجربه های مثبت نمازگزاران

۴. تجربه های مثبت نمازگزاران

انسان، موجودی است اجتماعی که به دلیل برآورده شدن نیازهایش، در جامعه زندگی می کند. هر یک از اعضای این جامعه دارای رفتار خاصی هستند و چون با یکدیگر ارتباط دارند، نحوه رفتار هر یک از آن ها در شخصیت تلقی دیگران تأثیر دارد. به عبارت دیگر، هر رفتاری که در جامعه انسانی انجام می شود، بازتابی در نزد دیگران دارد که بر اساس آن، شخصیت مورد نظر را می شناسند. البته ممکن است قضاوت دیگران در مورد آن رفتار صحیح نباشد، ولی به هر حال این تأثیر متقابل وجود دارد و از بازتاب رفتار شخصی در جامعه انسانی نمی توان دوری کرد. نکته دیگر آن است که رفتار همه افراد جامعه در یک حد اثر گزار نیست، رفتار خواص جامعه و یا نمایندگان یک گروه یا کسانی که برای

۱- رساله حضرت امام خمینی رحمه الله، مسأله ۱۴۰۵ و ۱۴۰۶.

افکار عمومی شناخته شده هستند و جایگاه خاصی دارند، بر جامعه اثر بیشتری دارد.

با این مقدّمه می توان گفت: رفتار و اعمال نمازگزاران در جذب یا دفع دیگر افراد جامعه بسیار مؤثر است. اگر نمازگزاران حقوق اجتماعی را رعایت نکنند و با خود محوری حقوق دیگران را زیرپا بگذارند؛ برای دیگران احترام نگذارند؛ با دیگران به خوبی رفتار نکنند؛ در عمل به اصول دینی پای بند نباشند، برای خود احترام کاذبی قایل شوند، مظاهر و جنبه های ظاهری دین را رعایت نکنند، بینش های افراطی و غلط سیاسی داشته باشند، دین را به شکلی تفسیر کنند که دیگران آن ها را مرتجع و کوته نظر بخوانند، انعطاف پذیر نباشند و تعصب باطل داشته باشند، به مال اندوزی بپردازند و به فقرا و نیازمندان کمک نکنند، جلوه های تمدن و پیشرفت مادی را مخالف دین بدانند و به جز خودشان همه را بی دین فرض کنند، در این صورت دیگر نمی توان انتظار داشت دیگران به نماز تمایل پیدا کنند؛ زیرا آن ها از این گونه رفتارها به این نتیجه می رسند که اگر آثار نماز در افعال نمازگزاران، چنین باشد، در آن صورت چه تأثیر مثبتی را می توان از نمازگزاران انتظار داشت؟ هر چند برداشت غلط است، ولی افکار عمومی در چنین مواردی، این گونه برداشت می کنند و نمی توانند بین دین و دیندار فرق بگذارند. شاید به همین دلیل است که قرآن مجید با نمازگزارانی که با رفتارهای ناشایست و غیر انسانی خود ساحت بندگی را آلوده می کنند، آن گونه با شدّت برخورد می کند و

صلوه آن ها را به «صَلاتِهِمْ ساهُونَ» تعبیر می کند؛(۱) زیرا مرزبندی آن چه دین می گوید با آنچه برخی از دین داران به نمایش می گذارد، ضرورتی حیاتی دارد.(۲)

از این رو در روایات می خوانیم: «کُونوا دُعاه النّاسِ بِغَیرِ اَلْسِنَتِکُم(۳)؛ با اعمالتان راهنمای مردم باشید» نمازگزاران با برخوردهای صحیح خود می توانند دیگران را به نماز دعوت کنند و آن ها را به سمت نماز سوق دهند.

۱- ماعون، ۴ و ۵.

۲- امیرالمؤمنین در مورد تعیین حق و باطل و فرق بین دین و دیندار می فرمایند: حق و باطل با افراد شناخته نمی شوند، بلکه حق را بشناس تا اهل آن را بشناسی و باطل را بشناس تا اهل باطل را بشناسی، طاها حسین مصری، عَلیّ و بنوه، ص ۴۰).

۳- کافی، ج۹، عنوان الموعظه، باب الدعوه بغیر اللسان.

بخش سوم:مراحل و تفاوت ها

اشاره

بخش سوم:مراحل و تفاوت ها

زیر فصل ها

مراحل نمازگزاری تا انس با نماز

تفاوت های نمازگزاری و انس با نماز

مراحل نمازگزاری تا انس با نماز

اشاره

مراحل نمازگزاری تا انس با نماز

رشـد اخلاـقی و عرفانی به نوعی تربیت روحی نیاز دارد و هر فرد برای دست یابی به فضایل اخلاقی و کمال می بایست تربیت گردد تـا پس از گذرانـدن مراحل مختلف، رشـد معنوی خود را محقق کنـد. در غیر این صورت، بـدون توجه به این مراحل و بـدون آگـاهی هـای کافی در چگونگی سـیر و سـلوک، رسـیدن به مراحل رفیع اخلاقی و روحی ممکن نیست. به همین دلیل، عرفا و علمای اخلاق نیز همواره به کمک استاد و رهنمودهای او به مراحل بالای اخلاقی رسیده اند.

نماز یکی از مهم ترین و عالی ترین نمادهای عرفانی و اخلاقی است. اهل معرفت گویند: «باب عبادات مطلقا ثنای معبود است، منتها هر یک از آن ها ثنای حق است، به نعتی از نعوت و اسمی از اسما؛ مگر نماز که ثنای حق است به جمیع اسماء و صفات» پس برای رسـیدن به مراحـل عـالی نمـازگزاری آن هم به طور پایـدار و آگاهـانه، گذرانـدن مراحل مقـدّماتی ضـروری است؛ مراحلی که طی کردن آن ها جز در سایه تربیت و رهنمود استاد ممکن نیست. نمازگزار با گذراندن این مراحل، با نماز انس

می گیرد که با توجه به اهمیّت و ضرورت انس با نماز، در این فصل به بیان این مراحل می پردازیم.

برخی از افراد به طور مقطعی و برخی به صورت دایمی نماز می خوانند. بعد از برطرف شدن عوامل بی میلی به نماز (نمازگریزی)، فرد وارد مرحله نمازگزاری می شود. بحث ما در مورد کسانی است که در مرحله نمازگزاری قرار دارند. برای رفع نماز گریزی، برطرف کردن عوامل بی میلی به نماز بسیار مفید است. بسیاری از نمازگزاران در همان مراحل اولیه باقی می مانند و به کندی رشد می کنند. آن ها هر چند نماز می خوانند، ولی از ابتدا تا انتهای نماز، هیچ گونه انس قلبی با این کار خود ندارند و عملی بدون شناخت انجام می دهند. برخی از افراد از این مرحله گذر کرده و بخشی از نماز خود را با رعایت آداب ظاهری و باطنی به جا می آوردند، ولی در طول نماز نمی توانند به این حالت خود استمرار بخشند.

رسیدن به این مرحله انس با نماز مشکل و استقرار در آن مشکل تر است. با این حال، کسانی که هر از چند گاهی انس با نماز را تجربه می کنند، با ادامه این فراز و نشیب به تدریج به مرحله انس فراگیر و یکپارچه می رسند و نمازی را برپا می کنند که وجه جدایی ناپذیر آن انس است. از این رو عرفا در توصیه های خود می گویند: در لحظه ای که متوجّه می شوید، با اختیار منصرف نشوید. اگر یک دقیقه خود را در یاد خدا دیدید با اختیار از این حالت خارج نشوید و به انصراف و غفلت غیر اختیاری اهمیّت ندهید.

پس با استمرار و تمرین می توان انس مقطعی را به مرحله بعد یعنی انس کامل با نماز ارتقا داد. این مرحله نیز دارای مراتب و درجات مختلفی است، اما در مجموع انس با نماز، بر دو گونه است :انس اجمالی و انس تفصیلی؛

الف) انس اجمالی

الف) انس اجمالی

امام خمینی رحمه الله در کتاب چهل حدیث این مرحله را چنین بیان می کند:

و آن چنان است که در عین اشتغال به عبادت، انسان به طریق اجمال، ملتفت باشد که ثنای معبود می کند، گرچه خود نمی داند که چه ثنایی می کند و چه اسمی از اسماء حق را می خواند.(۱)

میرزا جواد آقا ملکی تبریزی این مرحله را چنین بیان می کند:

گاهی قلب متوجه وجهی از وجوه نماز است، مثل این که نمازگزار توجه پیدا کند که در حضور خدا ایستاده است و همین احساس حضور در برابر ذاتِ ذوالجلال او را از حضور نزد هر فعل و قولی از افعال نماز باز می دارد.(۲)

بنابراین، این مرحله، نوعی حضور و انس قلبیِ اجمالی برای نمازگزار ایجاد می کند؛ یعنی نمازگزار همین قدر می داند که در محضر خداوند است و ثنای او می کند، ولی از معانی و اسرار ثنا آگاه نیست. مثل کودکی که قصیده ای را در مدح کسی می خواند و از معانی الفاظ آگاه نیست، ولی می داند که کسی را مدح و ثنا می کند. با این حال، همین علم اجمالی

۱- چهل حدیث، امام خمینی رحمه الله، حدیث بیست و هفتم، ص ۴۳۴.

۲- مجید بدیعی، حضور قلب در نماز از دیدگاه عالمان ربانی وعارفانی الهی، به نقل از میرزا جواد آقا ملکی تبریزی، اسرار الصلوه.

به حضور، او را در مسیر انس بـا نماز قرار می دهـد. البته رسـیدن به این مرحله نیز به ایمان قوی و تمرین و ریاضت در مراحل پیشین نیاز دارد.

ب) انس تفصیلی

اشاره

ب) انس تفصیلی

پس از این که فرد این موضوع را دریـافت که نمـاز ثنـای معبود است و بر مرحله انس اجمالی مـداومت کرد، به مرحله نهایی، یعنی انس تفصـیلی پـا می گـذارد؛ یعنی قلب عابـد، در تمامیّت عبادت حاضـر می شود و می دانـد که چگونه حضـرت حق را توصیف کند و چگونه مناجات کند. این مرحله نیز مراتبی دارد که با طی آن ها انسان به عالی ترین مرحله عبادت یعنی «عشق» می رسد که مرحله ای فراتر از انس است و انسان را از معنای حقیقی و آن جهانی عبادت آگاه می کند.

۱. توجه به معنای الفاظ در قرائت

برخی از نمازگزاران در تمام نماز در فکر ادای صـحیح واژه ها و ذکرهای نماز هستند و دقت می کنند تا حروف را به درستی تلفّظ شود. هر چند الفاظ، ظاهر نماز است، ولی از همین ظاهر می توان به باطن و مفهوم حقیقی عبادت دست یافت. از این رو نمـازی که از لحاظ ظاهر صـحیح نباشـد و الفاظ آن به درستی قرائت نشود، محلّ اشـکال است و شـخص نمازگزار اگر نتواند واژه ها و عبارت های نماز را صحیح تلفظ کند باید در جهت فراگیری آن ها بکوشد.

این مرحله هر چنـد از مراحـل انس تفصـیلی است، ولی گـذر کردن از آن مشـکل و احتمـال توقـف در این مرحله زیـاد است. بسیاری از نمازگزاران به همین مرحله قانع می شوند و معانی و حقایق نماز را در

همین معانی خلاصه می کنند و گمان می کنند عبادت جز این صورت، حقیقتی دیگر ندارد.

۲. تصحیح صورت افعال نماز

یکی دیگر از جنبه های ظاهری نماز، افعال نماز است. انس تفصیلی به نماز سبب تصحیح افعال و اعمال نماز نیز می شود؛ زیرا در انس تفصیلی ذکرهای نماز به درستی باید تلفظ شود و نمازگزار در هنگام تلفظ به معانی آن توجه داشته باشد و هم حرکات و افعال نماز را به درستی انجام دهد.

حاصل این دو مرحله این است که فرد در هر لحظه از نماز، ذهنش متوجه همان مرحله بوده و افعال و اذکار نماز را با حضور قلب انجام دهد.

۳. درک حقیقت عبادت

اشاره

این مرحله مهم ترین مرحله انس با نماز است که به واسطه آن انس تفصیلی به حد کمال می رسد. رسیدن به این مرحله، روند نمازگزاری را در مسیری واقعی قرار می دهد و پرستش آگاهانه و مداوم را شکل می دهد. در واقع، غرض اصلی از طیّ مراحل قبلی و توجه به جنبه های ظاهری، رسیدن به این مرحله است.

درک حقیقت عبادت با برهان عقلی

گروهی حقیقت عبادت و ذکرهای آن را از راه برهان های عقلی می فهمند، برای مثال به کمک برهان عقلی، کیفیت رجوع تمامی حمدها و ستایش ها به حضرت حق را متوجه می شوند، یا حقیقت صراط مستقیم یا حقیقت معانی سوره توحید را درمی یابند. این روش، در نزد این گروه،

سبب ایجاد انس تفصیلی می شود و عبادتی واقعی و مداوم را ایجاد می کند، ولی در حد ادراک قلبی نیست.

درک حقیقت عبادت با ادراک قلبی

هرچنـد گروهی حقیقت عبـادت و ذکرهـای آن را نخست از راه عقلی درک می کننـد، ولی در ادامه با قلم عقل آن را به لوح قلب می کشاننـد و آن را به یـک بـاور درونی تبـدیل می کننـد. این مرحله از انس بسـیار عمیق تر از مراحل پیشـین است؛ زیرا وقتی نمازگزار با عقل، حقایقی را درک می کنـد و هنوز به مرتبه ایمان قلبی نرسـیده است، دل او با عقلش همراهی نمی کند، ولی در مرحله ادراک قلبی، نمازگزار نه تنها با انـدیشه خود، بلکه با تمامی وجود، خود را در محضـر خداونـد می بینـد. لازمه رسیدن به این مرحله دریافتهای علمی و عملی و تقوای کامل عملی و قلبی است.

این مرحله، آخرین مرحله انس بـا نمـاز است. به این ترتیب، فرد بـا نماز انس قلبی پیـدا می کنـد که در پی آن، انس عملی نیز ایجاد می شود. البته بعد از مرحله انس، مرحله عشق است که مقامی بسـیار رفیع است و چون تنها نصیب انسان های برگزیده و اولیای خدا می شود، در اینجا بدان نمی پردازیم و تنها به ذکر این نکته بسنده می کنیم که مرحله عشق، مرحله کشف و شهود است و نمازگزارِ عاشق، حقایق را با چشم ملکوتی و بصـیرت الهی به صورت حضوری و عینی می بینـد. در این طایفه، حضور قلب در عبـادت، به معنـای مشاهـده تمـام حقایقی است که ظاهر عبادت کاشف آن هاست و مشاهـده اسـراری است که گفتار عبادت نیز مؤیّد آن است.

تفاوت های نمازگزاری و انس با نماز

ویژگی های انس

انس مرحله ای از رفتار است که از تداوم و شناخت و انگیزه بیشتری برخوردار است و فرد به دلیل شناخت کافی از عمل مورد نظر، انگیزه ای دو چنـدان برای انجام آن پیـدا می کنـد. به همین دلیل، عمل را به درستی انجام می دهـد و آن را اسـتمرار می بخشد تا تأثیر واقعی آن نمایان شود.

انس بـا نمـاز نیز، چنین ویژگی هایی دارد و فرد پس از شـناخت و ایجاد انگیزه به مرحله نمازگزاری پا گذاشـته و با تـداوم در آن، به آثار واقعی نماز دست می یابـد، ولی نمازگزاری بدون انس چنین ویژگی هایی ندارد و چنین نمازهایی، بدون انگیزه و شنـاخت بر پا می شونـد و اثری درونی ندارنـد. به همین دلیل، ادامه نمی یابـد و در حـدّ نمازهای مقطعی و فصـلی خلاصه می شوند.

عوامل انس

نیم نگـاهی به عوامل انس با نماز، بسـیاری از تفاوت های نمازگزاری صوری با انس با نماز را بیان می کنـد. کسـی که با نماز انس دارد، نمازش را همراه خضوع و خشوع اقامه می کنـد و در نماز حضور قلب دارد. چنین فردی از نماز لـذت می برد و در این راه تـداوم دارد. در مقابل، طبیعی است نمازی که در افعال ظاهری خلاصه شـده، بـدون توجه به معانی باطنی نماز و بدون خشوع و خضوع و حضور قلب برپا شود. در چنین نمازی فرد نمی توانـد ارتباط انسان با خـدای یگانه را تصور کند و لذّت آن را بچشـد. از روح بنـدگی نیز که در انس بـا نماز حاکم است، در این گونه نمازگزاری ها خبری نیست؛ زیرا کسـی که با نماز انس گرفته،

اهل نیایش است، ولی آن ها که فقط آداب ظاهری نماز را به جا می آورند، مرام نیایش ندارند و نمی توانند از منظر زیبایی شناسی به نماز بنگرند و از آن لذت برند. در مقابل، می توان گفت: پیش نیازهای شناختی و عملی، در مورد کسی که با نماز انس دارد محقق شده است و او از امنیت روانی لازم برخوردار است؛ هر چند تداومِ در نمازگزاری، عامل بسیار مهمّی در استمرار امنیت روانی اوست.

بخش چهارم:آثار انس با نماز

اشاره

بخش چهارم:آثار انس با نماز

در بخش اهمیّت و ضرورتِ انس بـا نمـاز گفتیم که آثار چنین نمازی، در مقایسه با نمازی که تنها انجام آداب ظاهری باشـد، خیره کننـده است. به عبـارت دیگر، نمـازگزاری که از مرحله ابتـدایی و ظاهری نماز عبور کنـد و به مرحله انس با نماز برسـد، چنین آثاری را می بینـد و از نماز و نیایش با حضـرت حق لّذت می برد. از این منظر، این پرسـش، پاسخ داده می شود که چرا برخی که روبه قبله وضو می گیرنـد، و بـا قرائت صـحیح نمـاز می خواننـد، نمازشان از چنین آثاری برخوردار نیست! به راستی تفاوت این گونه نمازگزاران با آن ها که نماز نمی خوانند، چیست؟

چون نمـاز بـدون انس وحضور قلبی در برگیرنـده نیـایش و مناجـات باخداونـد نیست و اثری بر تکامل روح انسان نـدارد، تنها احسـاس رفع تکلیف به نمازگزار دست می دهـد و اثر دیگر نـدارد. کسانی که نماز بی روح می خواننـد، با آن که از نماز می خواننـد، ولی در جرگه عابـدان عاشق قلمـداد نمی شونـد و از آثار و برکات نمازِ باانس، برخوردار نمی شونـد. آثار مترتّب بر نماز با انس و حضور قلب عبارت اند از:

آثار فردی

اشاره

آثار فردی

زیر فصل ها

الف) آثار اخلاقی

ب) آثار تربیتی

ج) آثار بهداشتی نماز

الف) آثار اخلاقی

اشاره

الف) آثار اخلاقی

انسان در نظام تربیتی اسلام، بر اساس پرورش صحیح می تواند از مرز

غرایز عبور کنـد و خود را به مقـام والاـ و پر ارج انسـانیت برسانـد و تاج پرافتخار «لَقَـدْ کَرَّمْنا بَنی آدَمَ» را بر سـر بگـذارد، ولی عروج بدان مقام پر ارج، نهفته در کمالی است که با زدودن غبار از لوح دل و تجلّی انوار در کانون پرفروغ سرّ حاصل می آید و این در حقیقت جز تَخَلُّق به اخلاـق اللّه چیز دیگری نیست.(۱)بر همین اساس اخلاق، منزلتی بزرگ و جایگاهی بلنـد است و در تمـام شـرایع و ادیان الهی نیز سـرلوحه دعوت همه انبیاء الهی بوده و همواره پیروان خود را پس از دعوتِ به یکتا پرستی، به پاکیزگی نفس، اصلاح درون، علاقه مندی به نیکی و فضیلت و دیگر امور نیک و سودمند سوق می داده اند.

برای رسـیدن به فضایـل اخلاقی و دوری از رذایل نفسانی راههایی در قرآن و احادیث ائمه (ع) بیان شـده است که یکی از آن ها «نماز» است. نماز در تربیت اخلاقی و شکوفایی و ایجاد فضایل اخلاقی در انسان تأثیر به سزایی دارد که در ذیل به برخی از آن ها اشاره می کنیم.

۱. تکامل و خودسازی

۱. تکامل و خودسازی

همه انسان ها به گونه ای زمان منـد در حال حرکت هسـتند و به همین دلیل می بایست با مـدیریت زمان، حرکتی هدفدار و رو به پیشـرفت را در نظر بگیرد تا سـرمایه عمرشان را در این سفر سرنوشت ساز به بهایی ارزان از دست ندهد. از این رو انسان ها برای ارضای امیال نامحدود خود، به تعالی روح خود نیاز دارند و در این راه نماز بزرگ ترین عامل تزکیه و

۱- «قد افلح من زکّها» شمس: ۹.

خودسازی است که انسان را به کمال حقیقی می رسانـد؛ زیرا انسان را از بدی ها باز می دارد(۱) که قلعه ای محکم در مقابل تهاجمات ویرانگر شیطان است(۲) و سـبب محو گناهان می شود(۳) از این گذشـته، نماز برخی فضایل ماننـد اخلاص، صبر و تواضع را پدید می آورد که تقوا را در انسان به دنبال دارد که سر منشأ فضایل و کمالات است.

۲. اخلاص

۲. اخلاص

اخلاص اساس عبادت(۴) و حقیقت بندگی است و ارزش عبادت به اخلاص است.(۵) قصد قربت انگیزه اصلی عبادت است و عبادت خالصانه یکی از صفات ویژه بندگان خاص خداست. حضرت زهرا (س) می فرماید:

هر کس که عبادت با اخلاص را به سوی خدا تقدیم کند، خدا هم برترین مصلحت ها را برای او منظور می دارد.(۶)

روح نماز اخلاص است(۷) و نمازگزار از نماز ریاکارانه و بدون

۱- «ان الصلوه تنهی عن الفحشاء و المنکر؛ نماز انسان را از بدی باز می دارد».عنکبوت: ۴۵

۲- قال علی (ع): «الصلوه حِصْنٌ من سـطوات الشیطان؛ نماز دژی محکم در مقابل حملات شیطان است». میزان الحکمه، ج ۵، ص ۳۶۷؛ غرر الحکم و درر الکلم، ص ۵۶. اسرار الصلوه شهید ثانی، ص ۱۰.

۳- «ان الحسنات یُذهبنَ السیئات» هود: ۱۱۴.

۴- قال علی (ع): «اعلی العباده اخلاص العمل؛ بالاترین عبادت خلوص در انجام عمل است». غرر الحکم، ج ۱، ص ۹۸.

۵- قال علی (ع): «الاخلاص ملاک العباده؛ اخلاص ملاک عبادت است». غرر الحکم، ج ۱، ص ۳۰.

۶- بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۲۵۰؛ ج ۶۷، ص ۲۴۹.

۷- قال الصّادق (ع): «لیست الصـلوهُ قیامَک و قعودَک انما الصـلاه اخلاصُک و اَنْ تریـد بها اللّه وحدَه؛ نماز قیام و قعود نیست، بلکه نماز اخلاص و خداخواهی توست.» شرح نهج البلاغه ابن ابی الحدید، ج ۱، ص ۳۲۵.

اخلاص نهی شده است. نمازِ مطلوب، نمازی است که برای رضای خدا برپا شود و اگر در نماز درجه ای از آلودگیِ شرک و ریا باشد، به همان نسبت از مقام قرب دور خواهد شد. چون ریا با حقیقت و واقعیّت نماز سازگار نیست. نماز برای نیایش و مناجات با قدرت برتر هستی است و چون بدون اخلاص برپا شود، گفت و گوی نمازگزار با خدا بی معنا جلوه می کند. به این ترتیب، نمازگزار باید هر روز با برپایی نماز، اخلاص را تمرین کند. امام باقر (ع)می فرماید: «الصلوه بَیتُ الْاِخْلاصِ؛ نماز خانه اخلاص است.»(۱)

۳. تواضع

۳. تواضع

تواضع یکی از فضایل اخلاقی است که در پرتو نماز در انسان ایجاد می شود. یکی از اسرارنماز این است که خود بینی و تکبّر را در هم می شکند و درس فروتنی در برابر خداوند را به انسان می آموزد، زیرا نمازگزار در هر شبانه روز طی هفده رکعت نماز، ۳۴ بار پیشانی تواضع بر خاک می ساید. نمازگزار در سجده، خود را هم چون پر کاهی در میان فضای لایتناهی می بیند و بدین سان خود را بنده کوچک و ناچیز خدا دانسته و هر گونه خودخواهی و غرور را از خود دور می کند. حضرت زهرا (س) می فرماید:

فَجَعَلَ اللّهُ الْإیمانَ تَطْهیرا لَکُمْ مِنَ الشِّرْکِ وَ الصَّلوهَ تَنْزیها لَکُم عَنِ الْکِبْر(۲)

۱- بحار الانوار، ج ۷۸، ص ۱۸۳.

۲- اعیان الشیعه، ج ۱، ص ۳۱۶؛ الاحتجاج، طبرسی، ج ۱، ص ۱۳۴.

خداوند ایمان را وسیله پاکسازی شما از آلودگی شرك و نماز را برای دوری و پاك نمودن شما از تکبّر قرار داد.

اعمال و ذکرهای نماز بیانگر تواضع است و توجّه عمیق به آن ها تواضع را در انسان ایجاد می کند. تکبیره الاحرام، دعا و خواهش از خداوند و سوره حمد از جمله ذکرهای نماز هستند که کبر و خود بزرگ بینی را از انسان دور می کنند. سجده و رکوع و ایستادن با رعایت ادب و وقار در مقابل خداوند مرور هر روزه درس تواضع است.

مستحبات نماز مثل تحت الحنك به گردن آویختن برای روحانیون گذاشتن بینی بر روی خاك، خشوع(۱) و دعاهایی که در نماز و تعقیبات آمده، از اشکال دیگر تواضع است.

۴. صبر

۴. صبر

انسان در مسیر زندگی خود دچار برخی مشکلات و سختی ها می شود که تحمل برخی از آن ها به قدرت و ایمان زیادی احتیاج دارد. تحمل سختی ها و صبر بر آن ها یکی از فضایل اخلاقی است که در اسلام ارج فراوانی به آن نهاده شده است. به طوری که در روایات صبر نسبت به ایمان همانند سر نسبت به بدن توصیف شده است.(۲)

یاد خدا، نیایش و نماز، نیروی معنوی تجدید شونده ای در انسان ایجاد خواهد کرد که او را در رویارویی با مشکلات نیرو می بخشد. امام

۱- فروتنی قلبی و درونی.

۲- اصول کافی، ج ۳، ص ۱۴۰ و ۱۴۲، ح ۱ و ۴؛ امام خمینی، چهل حدیث، ج ۱، ص ۲۵۳.

علی (ع) می فرماید: «اَلذِّکرُ یَشْرَحُ الصَّدرَ؛ یاد خدا سبب شرح صدر می شود.»(۱) نماز بهترین وسیله استعانت و کمک خواهی از پیشگاه الهی است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله هرگاه با دشواری روبه رو می شد، از نماز استعانت می جست: «اذا حَزَبَه امرٌ فزع الی الصلوه»(۲) امام صادق (ع)می فرماید: هنگامی که با غمی از غم های دنیا رو به رو شدید، وضو بگیرید و به مسجد رفته نماز بخوانید و در حال نماز دعا کنید،(۳) امام صادق (ع) در حدیث دیگری می فرماید: «هرگاه برای امیرالمؤمنین (ع) پیش آمدی می شد و حضرت را ناراحت می کرد، به نماز پناه می برد و ناراحتی خود را به آن جبران می کرد.(۴)

نماز موجب وسعتِ رزق،(۵) برطرف شدن حوایج،(۶) دفع بلا(۷) و رفع مشکلات و ناراحتی می گردد.(۸) و به این ترتیب، انسان را در تحمّل مشکلات یاری می دهد. از طرف دیگر، نماز با افزایش ایمان سبب می شود نمازگزار خود را به گونه ای ابدی به جهان مادّی متعلّق نداند و با

۱- منتخب الغرر، ص ۶۲.

۲- تفسیر در المنثور، ج ۱، ص ۳۸۶.

۳- تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۱۵۵؛ مجمع البیان، ج ۱، ص ۱۰۰؛ وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۲۶۳.

۴- وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۲۶۳.

۵- نک: نمازهای مستحبی.

۶- امام صادق (ع): اذا اردتَ حاجهً فصَلِّ رکعتین وصَلِّ علی محمد و آل محمد و سَلْ تُعطَه؛ هنگام حاجت دو رکعت نماز بخوان و درود بر پیغمبر و آل او بفرست، حاجتت را بخواه که به تو داده می شود.» فروع کافی، ج ۳، ص ۴۷۹ احادیث دیگری نیز در این مورد وجود دارد. بحار الانوار، ج ۸۵، ص ۳۲۴. نک: نمازهای مستحبی.

۷- مستدرک الوسائل، ج ۱، ص ۴۷۰.

۸- تفیسر در المنثور، ج ۱، ص ۶۷؛ وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۲۶۳؛ مجمع البیان، ج ۱، ص ۱۰۰؛ وسایل الشیعه، ج ۵، ص ۲۶۳؛ مکارم الاخلاق، ص ۲۵۹؛ قصار الجمل، ج ۱، ص ۳۸۶.

دید دیگری وقایع را بنگرد. در نتیجه، با تغییر بینش، مشکلات را تحمل می کند و به آرامش روانی دست می یابد.

اندیشمندان غربی نیز به نقش دعا در مبارزه با دشواری ها اعتراف کرده اند. نورمن وینسنت گریسی می گوید:

دعا و نماز بزرگ ترین نیرویی است که برای مبارزه با دشواری های زندگی روزانه و به دست آوردن آرامش روحی، شناخته شده است.(۱)

گاندی رهبر بزرگ مردم هند می گوید:

اگر نماز نبود و با خدا ارتباط پیدا نمی کردم، به طور حتم سال ها بود که دیوانه شده بودم.(۲)

ب) آثار تربیتی

اشاره

ب) آثار تربیتی

فراهم آوردن زمینه برای پرورش استعدادهای درونی و به ظهور و فعلیت رساندن امکانات بالقوه را تربیت می گویند. در مورد انسان نیز فراهم آوردن شـرایط برای شکوفایی همه استعدادهای درونی در جهت رسیدن به هدف مطلوب و برنامه ریزی شده، تربیت نامیده می شود.

همه انسان ها به دنبال سـعادت هسـتند و دارای دو بُعد وجودی اند. نماز در این راستا سبب شکوفایی استعدادهای بالقوه انسان می شـود و شخصـیت برجسـته ای از انسـان به تصویر می کشـد، زیرا نمـاز سـبب خود شـکوفایی،(۳) خودآگاهی(۴) و نشـاط عقلانی(۵) می شود.

۱- کلیدهای خوش بختی، ترجمه احمد آرام، ص ۳۸۶ و ۳۸۸.

۲- گاندی، همه مردم برادرند، چ ۵، ص ۱۰۷، مرواریدهای پراکنده، ص ۱۳۵.

۳- ۴۰ نکته پزشکی از نماز، ص ۹۴.

۴- نماز از دیدگاه دانشمندان و متفکران، ص ۶۰.

۵- نماز از دیدگاه دانشمندان و متفکران، ص ۳۱.

۱. ثبات شخصیت

۱. ثبات شخصیت

از بُعد روانشناسی و روان پزشکی، شخصیت در برگیرنده مجموعه ای از صفات، رفتارها، افکار و تمایلات عاطفی و هیجانی می باشد. که فرد را از دیگران متمایز می کند و صرف نظر از عوامل درونی و جسمی تأثیر گذار بر روی شخصیت (مثل مسایل ژنتیکی، هورمونی و شیمیایی، وضعیت ظاهری و فیزیکی بدن و...) و عوامل بیرونی و محیطی، نقش عمده ای را در شکل دادن به شخصیت، ایفا می کند. باتوجه به نقش این عوامل بر تشکیل شخصیت می توان رسیدن به اثبات شخصیت و برخوردای از آرامش و پایداری شخصیتی را یکی از مطلوب ترین خواسته های بشری دانست؛ زیرا وجود ناهنجاری در هر کدام از عوامل شکل دهنده شخصیت می تواند سبب اختلالی یا بی ثباتی شخصیت گردد؛ و با این که روش های درمانی متعددی برای درمان این بیماران به کار گرفته می شود، ولی نماز می تواند ایفاگر نقش بسیار مهمی در پیشگیری و درمان این گونه اختلال های عمیق شخصیّتی ایفا کند.

تسلیم در مقابل آموزه های یک دین و پیروی از یک مذهب و پیمودن راهی که صراط مستقیم باشد، ویژگی مهم و برجسته نمازگزاران است. نمازگزار ضمن تکرار یک مجموعه از ذکرها و واژه های مشخص در نمازهای خود پیوسته یک عقیده واحد و یک خط مشی مشخص را در زندگی خود دنبال می کند. به این ترتیب، گویی یک شخصیت ثابت و یک روش و منش معین و همیشگی را برای خود بر می گزیند و در روند

تکرار نماز، اصول اساسی خود را یادآوری کرده و پیوسته به تثبیت شخصیت خود می پردازد.

روانکاو معروف، هانری لنگ چنین می گوید:

در نتیجه تحقیقاتِ طولانی خود در اجرای آزمایش های روانی بر روی افراد، به این موضوع پی برده ام کسی که با دین سرو کار داشته باشد و به عبادت بپردازد، آن چنان شخصیتی نیرومند پیدا می کند که هیچ گاه یک نفر بی دین، نمی تواند چنین شخصیتی به دست آورد.(۱)

۲. نظم و انضباط

۲. نظم و انضباط

یکی دیگر از آثار تربیتی نماز، نظم و انضباط است. در بطن نماز مفاهیم و آموزه هایی وجود دارد که فرد را منّظم و منضبط می کند؛ زیرا نمازگزار برای برپایی نماز می بایست در زمانی خاص و مکانی مشخص، رو به قبله بایستد و با لباسی تمیز و پاکیزه مشغول نماز شود.

به عبارت دیگر، تکرار این اعمال در هر روز سبب می گردد نمازگزار، فردی منظم و منضبط شود؛ زیرا نظم نهفته در این عملِ عبادی به انسان یاد می دهد که چگونه در دیگر امور زندگی منظّم و مرتّب باشد.

۳. احساس قدرت و عزّت

۳. احساس قدرت و عزّت

نماز با آن که احساس تواضع و فروتنی را در انسان نسبت به خداوند بر می انگیزد، ولی به هیچ وجه به نمازگزار اجازه نمی دهد در خود احساس ذلت یا فرومایگی داشته باشد؛ زیرا نماز، انسان را به قدرت فناناپذیر الهی متصل می گرداند و از این جهت در انسان، احساس قدرت و عزّت را بر می انگیزد. از این رو، مومن هر کجا احساس تنگنا کند، به

۱- هانری لنگ، بازگشت به سوی ایمان، ص ۲۶.

نماز متوسل می شود(۱) و در پرتو آن گره های کار خود را می گشاید.

امیرالمؤمنین علی (ع) در مناجات خود با خدای متعال چنین می گوید: «اِلهی کَفی بی فَخْرا اَنْ اَکونَ لَکَ عبدا و کفی بی عِزّا اَنْ تکونَ لی ربّا؛ خدایا این افتخار مرا بس، که بنده تو باشم و این عزّت مرا کافی است که تو پروردگار من باشی».(۲)

نماز سندی است بر بندگی بنده و ربوبیّت خداوند و شاهد صدقی بر این پیوند با برکت و افتخار آفرین است.

۴. ادبِ برخاسته از نماز

اشاره

۴. ادبِ برخاسته از نماز

موقعیت ویژه انسان های مؤدّب در جامعه، نشانگر تأثیر ادب در تعریف جایگاه اجتماعی انسان است؛ زیرا زندگی اجتماعی بشر مستلزم رعایت برخی اصول و آداب است که بدون آن ها انسان ها نمی توانند به طور مسالمت آمیز و در زمانی طولانی در کنار یکدیگر زندگی کنند. از این رو ادب در تعامُلات روزمره انسانی بیسار موثر است. برای بررسی اثر نماز در رشد و تعالی ادبِ انسانی می توان جلوه های آن را چنین برشمرد:

تواضع

انسان های مؤدّب، انسان هایی فروتن هستند و از غرور و خود بزرگ بینی به دورند و از این رو محبت دیگران را جلب می کنند و همان طور که گفته شد نماز، مسیر تواضع را هموار می کند.

خوش زبانی

۱- «استعینوا بالصبروا الصلوه؛ از نماز و صبر کمک بگیرید»بقره:

۲- بحارالانوار، ج ۷۷، ص ۴۰۰.

انسان های مؤدّب بسیار خوش زبان هستند و گفتار آن ها سبب آزار و اذیت دیگران نمی شود. نمازگزار در نماز یاد می گیرد که چگونه بهترین کلمات را بر زبان جاری کند و چگونه الفاظ زیبایی را برگزینند. نماز، مناجات با خدایی است که جز با بهترین و زیباترین کلمات، سخن گفتن با او نشاید.

نظافت

انسان های مؤدب پاکیزه و مرتب نیز هستند؛ زیرا ادبِ اجتماعی چنین حکم می کند. نمازگزار نیز به سبب وجوبِ پاکیزگی نمازگزار، موظف به شست وشوی اعضای بدن و پوشیدن لباس تمیز است و حتی به امر مستحبّی چون استعمال بوی خوش سفارش شده است.

رعایت آداب خاص

انسان های مؤدّب در تعاملات اجتماعی خود آداب خاصی را رعایت می کنند که ممکن است این آداب در فرهنگ های مختلف، تعریف متفاوتی داشته باشند. نماز نیز به انسان یاد می دهد که چگونه آداب خاصّی را در زمان معین به جا آورد. داشتن سجاده، مهر، تسبیح، روبه قبله بودن، ایستاده نماز خواندن در صورت داشتن سلامتی کامل، وضو گرفتن، خواندن نوافل و اختصاصِ لباسِ خاص به نماز، از جمله این آداب است. هم چنین سلام کردن یکی از متداول ترین آداب اجتماعی است که در نماز وجود دارد.

متانت و وقار

انسان های مؤدّب، متین و با وقارند. دست یابی به وقار را از آثار تربیتی نیز می توان به حساب آورد.

۵. تمرکز ذهن

۵. تمرکز ذهن

این بحث در بحث ضرورت نمازگزاری به طور کامل مورد ارزیابی قرار گرفت.

ج) آثار بهداشتی نماز

ج) آثار بهداشتی نماز

وضو یکی از مقدمات نماز است که آثار بهداشتی آن بر کسی پوشیده نیست. به ویژه اگر به این امر توجه کنیم که تکرار وضو در اسلام توصیه شده است. از جمله وصیّت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به حضرت علی (ع) که می فرماید: «هر نمازِ با مسواک، با نماز چهل روز بدون مسواک برابر است»،(۱) یا کلام مولای متّقیان که می فرماید: «بر تو باد مسواک زدن پیش از وضوی هر نماز»(۲)

این توصیه ها یک عامل تشویقی مؤثّر برای رعایت بهداشت دهان و دندان نمازگزار است؛ زیرا نمازگزاری که می داند هر رکعت نماز با مسواک، با هفتاد رکعت بدون مسواک برابر است، مسواک زدن را رها نمی کند.(۳)

نمازگزاری که می داند باید به هنگام نماز پاک باشد، رعایت بهداشت فردی به طور طبیعی برای او در اولویت قرار می گیرد، به تبع آن در اندیشه فراهم کردن امکانات بهداشتی می افتد.

نمازگزاری که می داند هنگام نماز باید خداوندی را عبادت کند که زیبایی را دوست دارد، بهداشت فردی خود را جدّی می گیرد. هم چنین

۱- بحار الانوار، ج ۸۰،ص ۳۴۴.

۲- بحار الانوار، ج ۸۰،ص ۳۴۴.

۳- یکصد و چهارده نکته درباره نماز، ص ۷۶.

در بُعد اجتماعی پاکیزگی مسجد برای او حکم یک فریضه را پیدا می کند.

تأکید بر مسایل بهداشتی آن چنان در اسلام مورد توجه قرار گرفته که حتی «استنشاق» یکی از مستحبات وضو قلمداد شده است.

تومانیانس می نویسد:

در غضروف های بینی گاهی کرمی تولید می شود که سبب سردرد فوق العاده شدید و کاهش بینایی چشم می شود. برای دفع این کرم بهترین وسیله، شست وشوی بینی با آب سرد است.(۱)

پوشیدن لباس تمیز نیز یکی دیگر از مستحبات نماز است که در بهداشت و نظافت موثر است.

آثار دیگر نماز عبارت اند از: بهداشتِ خوب، شادابیِ جسم، آرامشِ عضلات، درمان بیماری فشار خون، عفونت کلیه و مجاری ادرار، عفونت های گوارشی، ایمنی حواس، درمان عفونت های تنفسی، بیماری های دهان و دندان، بیماری های پوست و بیماری های واگیردار، افزایش طول عمر، جلوگیری از بیماری های مقاربتی و اعتیاد، درمان وسواس های فکری و عملی، جلوگیری از شیوع خودکشی، بهبود بیماری های تیروئید و جلوگیری از سکته های قلبی و مغزی، زخم های گوارشی و جلوگیری بیماری آسم.(۲)

۱- قرآن و علوم روز، ص ۱۹.

۲- نک: ۴۰ نکته پزشکی پیرامون نماز.

نماز بر بهداشت و آرامش روان نیز موثر است که این موضوع در ابتدای بحث ضرورت نمازگزاری مورد بحث قرار گرفت.

آثار اجتماعی

اشاره

آثار اجتماعی

نماز تنها یک عبادت در میان فرایض و تکالیف عبادی نیست، بلکه اصلی ترین نماد دین داری است که علاوه بر آثار فردی، در عرصه اجتماعی نیز آثار آن اندک نیست و در پاره ای موارد اثرات اجتماعی آن بسیار فراوان تر است.

شناخت کارکردهای نماز در ابعاد اجتماعی آن و بررسی آثار و نتایج حاصله آن در شکل گیری رفتارها، اتخاذ روش ها، تعیین استراتژی ها و اهداف عمومی اجتماعی و به تعبیر دیگر ظهور نهاد اجتماعی نماز که در شکل نماز جمعه، جماعت و نماز عید تجلّی می یابد، می تواند پرده ای دیگر از اسرار نماز را بگشاید و رازهای نهفته آن را برای ما واگویی کند. ما در این بخش به دنبال کشف رابطه و نسبت مباحث جامعه شناسی نماز به عنوان یک رفتار مذهبی هستیم. برخی نماز را به عنوان یک رفتار دینی بیشتر در حوزه روان شناسی و تأثیر روانی آن بر فرد مورد بررسی قرار داده اند و برای نماز، کارکرد اجتماعی قایل نیستند؛ در حالی که بررسی پی آمدهای اجتماعیِ نماز، نشان می دهدکه آثار این عبادت از فرد فراتر رفته و در ساختار جامعه اثر گذار می شود.

الف) مسایل اجتماعی نماز در سطح خُرد

اشاره

الف) مسایل اجتماعی نماز در سطح خُرد

از نظر جامعه شناسی یکی از عناصر اساسی سازنده جامعه در سطح خُرد، موجودیت فرد است که در کنار تعامل اجتماعی نقش مهمّی را ایفا می کند.

نظامِ شخصیتی انسان با نظام هایِ رفتاری، اجتماعی و فرهنگی ارتباط دارد و فرد از طریق نظام شخصیتی خود با جمع رابطه برقرار می کند. نماز بر هرچهار قطبِ شخصیت انسان یعنی هوش(استعداد یادگیری)، ظرفیت اجرا(خود _ مستقل) هویت فردی (هویت _ خود) و هویت جمعی (تعهد) تأثیر می گذارد.(۱) در نتیجه، حالات زیر ایجاد می شود:

۱. تأثیر معانی و نمادها و دیگر اجزای فرهنگی نماز بر نمازگزار که باعث منظم شدن و تعادل در نیازها و آرزوهای نمازگزار می شود که تحت عنوان خُرد ورزی از آن یاد می شود.

۲. تأثیر نمازگزار بر دیگر اجزای فرهنگی برای غلبه بر محیط، جهت تأمین منافع آنی بدون اینکه نیازها تعدیل و تغییر مهمی را تجربه کنند که تحت عنوان فعّال گرایی از آن یاد می شود.(۲)

تعامل اجتماعی برآمده از نماز

تعامل اجتماعی برآمده از نماز

تعامل اجتماعی انواعی دارد که نماز بر روی انواع آن می تواند تأثیر گذار باشد. تعاملِ مبادله ای، قدرت و تعاملِ ارتباطی و گفتمانی(۳) گونه های مختلف تعاملِ اجتماعی هستند که هر یک در فرآیند خاصّ خود مستعد اثرپذیری از نماز هستند. در این میان، مفاهیم «ما» و «گروه» بیانگر هویّتی جمعی هستند که تعامل اجتماعی در بستر آن ها تفسیر می شود. به عبارت دیگر، در نتیجه ترکیب دو عنصر فرد و تعامل

۱- نماز و جامعه شناسی، ص ۸۲.

۲- نماز و جامعه شناسی، ص ۸۴.

۳- نماز و جامعه شناسی، ص ۹۰

اجتماعی، عنصر سومی به نام ما یا گروه تشکیل می شود که دارای ابعاد ابزاری، سیاسی، فرهنگی و اجتماعی است و برای حفظ خود به چهار عنصرِ هم فکری مشترک، همگامی(هماهنگی) مشترک، همدلی مشترک و هم بختی مشترک نیاز دارد.(۱) گروهِ نمازگزار نیز از چنین قاعده ای تبعیت می کند.(۲)

نماز به عنوان نظام

نماز به عنوان نظام

با تعبیری جامعه شناسانه نماز خرده نظامی از نظام دین اسلام است که معانی و نمادهای دین را به شکلی در خود جای داده است که ثبات و تعادل خود را حفظ نماید. هر چند تعادل نماز، تعادلی پویا است و به صورت ساکن در نظر گرفته نمی شود.(۳) وقتی نماز به صورت جماعت بر پا می شود، نظامِ نماز، اجتماعی می گردد و رفتار نمازگزار تحت تأثیر بُعد هنجاریِ این نظام قرار می گیرد.(۴) نماز به عنوان یک نظام دارای ساختار ویژه خود است. ساختار نماز همان مجموعه مفاهیم و معانی و اجزاء و نحوه ترکیب آن ها(۵) است که در تعاملِ اعضای گروه نمازگزار با یکدیگر نقشی اساسی ایفا می کند و رفتار آن ها را برای یکدیگر معنا می کند.

ب) مسایل اجتماعی نماز در سطح کلان

اشاره

ب) مسایل اجتماعی نماز در سطح کلان

۱- نماز و جامعه شناسی، ص ۱۹.

۲- نماز و جامعه شناسی، ص ۹۲.

۳- نماز و جامعه شناسی، ص ۹۴.

۴- نماز و جامعه شناسی، ص ۹۶.

۵- نماز و جامعه شناسی، صص ۹۹ تا ۱۱۰.

دو عنصر اساسی یعنی فردِ نمازگزار و تعامل بین نمازگزاران منجربه پدید آمدن عنصر سومی به عنوان «ما» و گروهِ نمازگزاران می شونـد. در نتیجه، بُعـد کلانِ جامعه را از خود متأثر می کننـد. در اینجا این قاعـده به همان صورت عمل می کنـد که دیگر اقشار و طبقات دیگر با گروه بندی تفکیک شده خود، ساختار کلان جامعه را از خود متأثر می کنند.

گروه بندی اجتماعی نمازگزاران در سطح کلان اجتماعی، در چهار بُعد مختلف تاثیر خود را به نمایش می گذراند.

تعمیم ساختاری

تعمیم ساختاری

بـا توجه به دگرگونی هـایی که در جوامع مختلف، به خصوص جوامع توسـعه نیـافته به وجود می آیـد، گسترش و تعمیق نظام اجتماعی اهمیت خاصـی دارد. تعمیم ساختاری، زمینه بروز توسعه اجتماعی را به وجود می آورد. تعمیم ساختاری دارای چهار بعد می باشد: ارتقای انطباقی، تعمیم ارزشـی، ادخال و فردیت.(۱) تعمیم ساختـاری به معنای خروج جامعه از حالت های انزوا جویانه و انفرادی و پانهادن به عرصه قانون مند اجتماعی است.

تنظیم سیاسی

تنظیم سیاسی

به دنبـال ایجاد گروه های نمازگزار و تفکیک اجتماعی که پی آمـد آن است، ضـرورت یک نظارت بیرونی هم بر این افراد و گروه هـای نمازگزار مشاهـده می شود؛ زیرا با ایجاد این گروه ها و تفکیک اجتماعی و سـپس شـکل گیری گروه بنـدی های جدید اجتماعی در سطح جامعه، به طور

۱- نماز و جامعه شناسی، ص ۱۳۲.

طبیعی معادله قدرت سیاسی از حضور آن ها متأثّر می شود و موضوع تنظیم سیاسی و نظارت بیرونی مطرح می شود. بدین جهت، اگر فرهنگ نماز بر جامعه حاکم شود، همگامی بین افراد و گروه های نمازگزار در جامعه تحقق پیدا می کند. در این حالت، بعضی از افراد و گروه هایی که نخواهند همگامی درونی داشته باشند، تحت تأثیر حضورِ اجتماعی نمازگزاران و معادله سیاسی برآمده از آن قرار خواهند گرفت. در اینجا ابعاد تنظیم سیاسی نماز یعنی تمرکز قدرت بین نمازگزارن، مقبولیت و مطلوبیت بین نمازگزاران و اعتماد اجتماعی بین نمازگزاران،(۱) ساختار کلان جامعه را از خود متأثّر می کند.

تنظیم اجتماعی

تنظیم اجتماعی

در جامعه، گروه های متعددی هستند که می توانند دارای هویت ها و مرزهای فرهنگی متفاوتی باشند. نماز و فرهنگ نماز می تواند بستر مناسبی برای تعاملات بین گروهی شده و به تبع آن بروز تفاهم بین گروهی را موجب شود و با تکرار منظم مبادلات بین گروهی، تقویت انسجام در کلّیت جامعه در برابر انسجام محلّی را محقق سازد.

تعاملات بین گروهی که به تبع نماز به وجود می آید، می تواند در ایجاد هنجارهای جدید و گسترش افق هنجاری اعضای جامعه، رفع نیازهای جدید، کمک به گسترش وابستگی عاطفی افراد و تعمیم تعهد درونی افراد نسبت به دیگران و بروز زمینه عینی برای تعمیم و تجرید

۱- نماز و جامعه شناسی، ص ۱۳۴.

ارزشی، جهت نظام فرهنگی جامعه مؤثّر باشد. در نتیجه، راه را برای تعمیم نظارت درونی و شکل گیری ساختار کلان جامعه هموار کند.

ابعاد تنظیم اجتماعی در تعاملات بین گروهی، رقابت بین گروهی، تفاهم بین گروهی و تعاملات درون گروهی جلوه گر می شود.(۱)

تفاهم نمادین

تفاهم نمادین

برای «افراد» نمازگزار، «گروه های» نمازگزار و دیگر گروه های اجتماعی، وجود یک تفاهم نمادین اهمیّت فراوانی دارد.

ابعاد تفاهم نمادین نمازگزاران عبارت اند از: تفاهم در شناخت، وحدت در روش، تفاهم ارزشی و اخلاقی و تفاهم اجتماعی.(۲) به عبارت دیگر، نماز از اختلالات اجتماعی جلوگیری کرده و موجب تعمیق وحدت اجتماعی می گردد.(۳)

آثار اقتصادی

آثار اقتصادی

امروزه چگونگی پیشرفت اقتصادی یکی از مهم ترین مسایل جهان است که در هر جا به روش های مختلف ارزیابی می شود. به ویژه آن که اقتصاد به عنوان یک اهرم، در حیطه سیاست و فرهنگ عمل می کند. بدین جهت، در ادامه بحث تأثیر نماز بر اقتصاد را بررسی می کنیم.

۱- نماز و جامعه شناسی، ص ۱۳۴.

۲- نماز و جامعه شناسی، ص ۱۳۶.

۳- نماز و جامعه شناسی، صص ۱۶۴ _ ۱۶۹.

نماز با ایجاد هنجارهای هماهنگ، از بروزِ ناهنجاری ها جلوگیری کرده و روند توسعه اجتماعی را شتاب می بخشد؛ زیرا با افزایش روابط بین گروهی، اعتماد متقابل را تعمیم داده و با گسترش دوستی ها و پیوندهای اجتماعی، تضادهای هنجاری را کنترل کرده و به تبع آن ارزش های ثابت و استوار را جای گزین می کند. رفع اختلالات هنجاری جامعه، سبب تقلیل دامنه کنترل رسمی از سوی دولت می شود که این خود، چند پی آمد جدّی را به همراه دارد:

الف) پایین آمدن هزینه های اقتصادی جامعه، افزایش پس انداز، افزایش سرمایه گذاری، رشد اقتصادی؛

ب) گسترش و افزایش نوآوری و خلاقیّت، رشد علوم، فنون و تکنولوژی، رشد اقتصادی؛

ج) محو زمینه های بروز مفاسد اجتماعی و اداری، تعهد شغلی و کاری و انضباط مالی، بالا رفتن اثر بخشی و کارایی؛

د) افزایش قدرت انطباق جامعه ای و تقویت جامعه کل.(۱)

نماز و بهره وری(۲)

توجه به میزان بهره وری از مهم ترین عوامل توسعه و رشد اقتصادی به حساب می آید. نظافت، حفظ و نگهداری، برنامه ریزی، مهارت در انجام کار و داشتن انگیزه از عوامل مؤثر بر بهره وری اقتصادی است.

۱- نماز و جامعه شناسی، ص ۱۵۷.

۲- نک: حسن توانایان فرد، بهره وری در آموزش های نماز.

در بطن نماز آموزش هایی وجود دارد که در ارتقای فرهنگ بهره وری مؤثر بوده و در شرایط کنونی می تواند مورد استفاده قرار گیرد. با توجه به اینکه نماز «بهترین عمل» است، این توقع می رود که در رشد و تعمیق فرهنگ بهره وری نیز نقش کلیدی خود را ایفا کند. به ویژه آن که در محورهای قبل به جایگاه نمازگزاران در ساختار کلان جامعه اشاره کردیم.

از آیات و احادیث مربوط به اهمیت نماز در می یابیم که از آموزش های نماز می توان مبانی بهره وری در زمینه های اشتغال، محو بیکاری، توزیع عادلانه درآمد ملی، رشد و توسعه اقتصادی و در نتیجه محو تورم و ایجاد اقتصاد سالم و زندگی با آسایش را استنباط کرد که از آن جمله می توان به نکات زیر اشاره کرد:

۱. نظم کاری یکی از عوامل اساسی پیشرفت است. از اختصاص اوقات معیّنی از شبانه روز برای نمازهای واجب در می یابیم که برای دیگر امور خود یک نظم کاری را تعریف کنیم.

۲. توجه به وقت، مکانِ پاک، بدن تمیز، ایستادن رو به یک جهت مشخص، توجه به غصبی نبودن مکان و... که در نماز باید رعایت شود، به سبب افزایش دقّت در مسایل پیرامونی یک رفتار، فرهنگ بهره وری را در نزد نمازگزار درونی می کند.

۳. انجام اضافه کار، کار در شب، کارهای جبرانی و استیجاری را می توان از نمازهای واجب و مستحب الگو برداری کرد.

۴. کـار گروهی، رابطه نزدیـک و صـحیح مـدیریت بـا پرسـنل، ضـرورت وجود روابط انسانی در محیط کار و... را می توان از رابطه نماز گزاران با امام جماعت و یکدیگر الگوبرداری کرد.

۵. انـدازه شناسـی و تمرکز فکری... را نیز می تـوان از دیگر پی آمـدهای نمـاز دانست که در ارتقـای فرهنـگ بهره وری مؤثر است.

۶. برپایی نماز انسان را از فحشا و منکر باز می دارد.(۱) بیکاری، انجام کار بدون تخصص، نداشتن وجدان کار، بی تقوایی در کـار، انجـام کارهـای مضـر، بی دقّتی در کـار، عـدم برنامه ریزی، نبود اخلاص در کار، بلنـدی آرزو، غرور، تنبلی، شـتاب بی مورد، ناسازگـاری در محیـط کـار، عـدم توجه به زمـان، اسـراف در منـابع تولیـد و تبعیض در کار از جمله مصادیق منکرات و زشتی هـایی هسـتند که به طور مسـتقیم بر میزان بهره وری تـأثیر زیـان بار می گذارنـد و نماز می توانـد زمینه کنترلی آن ها را فراهم کند.

۷. نماز باید در حالت هوشیاری و بدون کسالت انجام شود.(۲) این امر تمرین خوبی برای کارهای دیگر خواهد بود که نیاز به هوشیاری دارند.

آثار سیاسی

اشاره

آثار سیاسی

تأثیر سـیاست بر اداره کشور مناسـبات اجتماعی، حساسـیت و پیچیـد گی بیش از حد این مقوله را نشان می دهد به ویژه آن که سیاستمداران به بینش های مردم جهت می دهند و آن ها را در مسیر

۱- «ان الصلاه تنهی عن الفحشاء و المنکر؛ نماز انسان را از بدی و پلیدی باز می دارد». عنکبوت: ۴۵.

۲- و لا تقربوا الصلاه و انتم سُکاری؛ در حالی که مست هستید به نماز نزدیک نشوید». نساء: ۴۳

اهـداف خود هـدایت می کننـد. به همین دلیـل است که حساسیّت افکار عمومی در مقابل جریان های سیاسـی بیشتر از مسایل علمی و فرهنگی است. اگر سیاست را به معنای تدبیر صـحیح در امور جامعه بدانیم، در آن صورت در اندیشه اسـلامی نماز و سیـاست رابطه تنگـاتنگی بـا هم خواهنـد داشت. حتّی نمـاز در حالت فردی نیز می توانـد از ابعاد یک عمل سیاسـی برخوردار باشـد؛ زیرا قبـول خداونـد مستلزم عـدم تسـلیم در مقابـل غیر او و به معنـای تسـلیم نشـدن در مقابـل طـاغوت؛ یعنی حکـومت استبدادی است، ولی برپایی نماز در حالت جماعت به نحو آشکارتری دارای بار سیاسی است.(۱)

نماز عامل تحکیم وحدت سیاسی

در یک حکومت دینی، وجود گروه های نمازگزار در جامعه، به عنوان یکی از پل های ارتباطی بین دولت و شـهروندان اسـت و زمینه روانی همکـاری و هم اندیشـی سیاسـی را بین دولت و شـهروندان نمـازگزار افزایش می دهـد. تـأثیر مثبت گروه هـای نمازگزار زمانی بر ما آشـکارتر می شود که می بینیم نماز، هم در سـطح خود و هم در سطح کلان بر استحکام، وفاق و جامعه پـذیری افراد تأثیر فراوان دارد. حضور نمازگزاران در نمازهای جماعت و جمعه می تواند از بروز اختلال در مناسـبات سیاسـی جـامعه جلوگیری کنـد. در نتیجه، باعث سـهولت در هـدایت انرژی عاطفی جامعه، طراوت فرهنگی، تقویت تعهـدات جمعی و تحکیم هویت گروهی می شود. اگر مسئولان و دست اندرکاران جامعه از نمازگزاران

۱- نک: امام خمینی رحمه الله، صحیفه نور، ج ۱۸، ص ۲۷۶.

واقعی باشند، زمینه برای پیدایش و گسترش گفتمان تفاهم آمیز حاکمیت با مردم، هموار می شود و به تبع آن تفاهم سیاسی و اعتماد متقابل نسبت به قضاوت، اجرا، تخصص و... محقق می شود.

افزون بر این، اگر این گفتمان سیاسی، واقعی و صادقانه بوده و زیر سایه نماز ایجاد شده باشد، چند پی آمد را به همراه خواهد داشت:

الف) به افزایش ظرفیت اجرایی و آگاهی مسئولان و مردم نسبت به امکانات، کمبودها، نیازها و اهداف جامعه می انجامد. این به نوبه خود باعث افزایش همدلی سیاسی و ملی می شود.

ب) وجود گفتمان مشترک سیاسی بین مردم و مسئولان باعث افزایش توان اقناع طرفین می شود و واقع بینی سیاسی را در آن ها افزایش می دهد.

ج) وجود گفتمان سیاسی برآمده از نماز، امکان جذب نیروهای مختلف در جامعه را که دارای توان مندی های لازم باشند، افزایش می دهد.

د) گفتمان سیاسی برآمده از نماز، زمینه پذیرش انتقادات سازنده را بین مسئولان و مردم فراهم ساخته و مانع بروز خشونت های سیاسی می شود. در نتیجه، قابلیّت های جامعه برای حل مسالمت آمیز تضادها و اختلاف های داخلی افزایش می یابد.

ه) مانع از بروز خودسری مسئولان، سوءاستفاده آن ها از قدرت و هر گونه کژرفتاری سیاسی در جامعه می شود.(۱)

در مجموع، می توان گفت نماز مانع از تراکم و تمرکز قدرت زیاد و

۱- امام خمینی رحمه الله، صحیفه نور، ج ۱۸، صص ۱۶۲ _ ۱۶۴.

اعطاکننده اختیارات و آزادی های واقعی به جامعه است. در مقابل، تراکم و تمرکز قدرت زیاد باعث بی میلی سیاسی نمازگزاران و بیگانگی آن ها از نظام سیاسی می شود.(۱)

آثار خانوادگی

اشاره

آثار خانوادگی

زیر فصل ها

الف) نقش عمومی نماز در خانواده

ب) نقش نماز در زندگی زوج های جوان

الف) نقش عمومی نماز در خانواده

اشاره

الف) نقش عمومی نماز در خانواده

خانواده کوچک ترین واحد اجتماع است که توانایی و بازدهی جامعه به آن بستگی دارد. امروزه جوامعی موفق هستند که خانواده های موفق دارند. در واقع، جامعه چیزی جز بسط خانواده نیست. بسیاری از مشکلات اجتماعی و فرهنگی جهان غرب از بحران خانواده ناشی می شود. نماز از سه جهت بنیان خانواده را تقویت می کند.

فضای معنوی

سلامت و آرامش خانواده منوط به ایجاد روح معنویت و یاد خدا در فضای خانه و ایجاد فضایل اخلاقی در افراد خانه است. نماز با ایجاد فضای معنوی در خانه، آرامش روانی اعضای خانواده را تأمین می کند و سبب تقویت بنیان روابط آن ها می شود. در این فضای معنوی است که انجام شعایر دینی و تربیت مذهبی فرزندان به راحتی انجام می شود و آینده خانواده تضمین می گردد.

۱- امام خمینی رحمه الله، صحیفه نور، ج ۱۸، صص ۱۶۹ _ ۱۷۳.

محبّت

بارزترین ویژگی خانواده در محبت بین اعضای آن جلوه می کند و در هیچ یک از گروه های اجتماعی محبّت متقابل به این صورت شکل نمی گیرد. این کانون گرم خانواده است که پناهگاه اهل خانه در برابر ناملایمات زندگی است.

نماز سبب تحکیم محبّت در بین اعضای خانواده می شود. یکی از عوامل اصلی ایجاد محبت، تواضع است و پیش تر گفته شد که چگونه نماز سبب تواضع می شود و کبر را از بین می برد. یکی دیگر از عوامل ایجاد محبّت ایمان به خداست که نماز آن را متجلّی می کند. در روایات اسلامی نیز تصریح شده که تواضع و ایمان از عوامل ایجاد محبّت است.(۱)

باروری شخصیت

خانواده ای که از افراد با شخصیت و با ثبات تشکیل شده باشد، دارای استحکام در روابط است. در بحث مسایل تربیتی نماز، به اثر نماز بر ثبات شخصیت اشاره شد. گذشته از این اعضای خانواده که منظّم، نظیف، مؤدب، متین و باوقارند، احساس ثبات می کنند، قادر به تمرکز ذهن هستند و می توانند در آینده خانواده ای ایده آل را تشکیل دهند. نماز، با توجه به کارکردهای تربیتی اش در ایجاد چنین فضایی بسیار مؤثّر است. خانواده ای که چنین اعضایی داشته باشد بسیار مستحکم و نظام مند خواهد بود و اگر این روابط به جامعه بسط یابد، اجتماع همانند خانواده ای بزرگ خواهد شد.

۱- قال الصّادق (ع):«ثلاثٌ تورِثُ المحبةً؛ الدین و التواضع و البذل». تحف العقول، ص ۳۲۸.

ب) نقش نماز در زندگی زوج های جوان

اشاره

ب) نقش نماز در زندگی زوج های جوان

اگر بپذیریم که نحوه آغاز هر راه بر نحوه تداوم آن تأثیر دارد، بزرگداشت نماز در ابتدای زندگی مشترک، می تواند آغاز مبارك و فرخنده ای برای تمامی جریان زندگی باشد.

در زندگی فرازهای باشکوهی برای روح آدمی وجود دارد که لازمه زیستن افتخارآمیز است و هر فردی به میزان برخورداری از این فرازها می تواند به انسانیت خویش مفتخر باشد. انس با نماز بهترین نقطه عطف زندگی است و هرگاه زوج های جوان چنین پیوندی با خداوند داشته باشند، هرگز غبار ملال و خستگی بر وجودشان نمی نشیند.

با توجه به جوان بودن جامعه ایرانی و با توجه به این که شاید ازدواج سبب تقویت دنیاگرایی شود و دین داری را تضعیف نماید، به بررسی نقش نماز در زندگی زوج های جوان می پردازیم.

۱. تغییر بینش زوج های جوان نسبت به زندگی

زن و مرد با وجود دیدگاه ها و بینش های مختلف با یکدیگر ازدواج می کنند و در مسیر زندگی، در کنار یکدیگر با وقایع و حوادث مختلف برخورد می کنند. چگونگی بینش و رویکرد زن و شوهر در مقابل اتفاق های زندگی نقش خاصّی در تداوم و عمق روابط آن هادارد و در ایجاد فضای عاطفی و محبت آمیز تأثیر می گذارد. در این میان، بینش زن و مرد نسبت به زندگی، همسر، ازدواج، خانه داری و تربیت فرزند، در نحوه ارتباط بین آن ها و توقعاتشان نسبت به یکدیگر بسیار مؤثر است. جوانان به دلیل کم تجربگی، کمبود آگاهی و نوسانات عاطفی و هیجانی، در پاره ای موارد از تصمیم گیری های عاقلانه و عمیق عاجزند. در نتیجه،

به علت سطحی نگری و شتاب در تصمیم گیری ها اشتباه می کنند. نماز در تصحیح این روند می تواند نقش خاصی را ایفا کند و با تقویت انگیزه های متعالی و رهایی آدمی از دنیاگرایی، او را در راستای اهداف عالی هدایت کند؛ زیرا نماز، آدمی را از جاذبه های زمینی به جاذبه های آسمانی، اوج می دهد و او را از فرش به عرش سیر می دهد و از خاک تا افلاک برمی کشد. اگر زوج های جوان به این فضای متعالی راه یابند، فراز و نشیب زندگی نمی تواند آن ها را دچار تزلزل کند.

نماز انسان را از دردها و روزمرگی ها رها می سازد و دردمندی او را سمت و سویی دگر می بخشد. روحش را از حقارت آزاد می کند و به او عزت و منزلت و تعالی می بخشد. در چنین فضایی، همسران جوان به احساس پوچی نمی رسند و برای تداوم زندگی با هم، از سطح غرایز فراتر رفته و با یکدیگر اتّصال وجودی پیدا می کنند. به عبارت دیگر، نماز، نقطه اتصال معنوی آن ها به یکدیگر می شود و از این رو، روند زندگی مشترک را یک سره، با ارزش می یابند.

۲. حفظ کیان خانواده

برای همسران بسیار مهم است که شریک زندگی اش فقط او را دوست داشته باشد و نسبت به دیگران نظر سوء نداشته باشد. این مسأله به طرز عجیبی در امنیت روانی همسران به ویژه رابطه زن با همسر و خویشاوندان وی تأثیر دارد.

انس با نماز تقوای بیشتر و تقید به مسایل شرعی را به دنبال دارد و مانع بزرگی برای افتادن در وادی گناه محسوب می شود. به عبارت دیگر، نماز با ایجاد یک نظام فراگیر اخلاقی، اعمال و رفتار نمازگزار را هدایت

و تنظیم می کنـد. یـک جوان بـا ایمـان و نمازگزار در پرتو نماز از نگاه به نامحرم چشم می پوشـد و با رعایت حریم در روابط زن و مرد متانت و وقار پیشه می کنـد. او با چشم پوشـی از نامحرم به همسـر خویش وفادار و متعهد می ماند و اجازه نمی دهد هوا و هوس های زودگـذر، کانون گرم زنـدگی او و همسـرش را متلاشـی کنـد. این ها همه در پرتو نماز و ارتباط با خـداوند حاصل می شود.

این شـرایط، زمینه را برای ایجاد یک حسن خلق قوی و پایـدار هموار می کنـد و زنـدگی را در یک بستر مناسب و بدون تنش جـدّی به پیش می برد. امنیت و آرامش زوج هـای جوان در چنین فضایی به خوبی تأمین می شود و طرفین با رضایت کامل به انجـام وظـایف همسـری خود می پردازنـد. پس، نمـازگزاری با ایجاد شـبکه اخلاقی گسترده در خانواده زن و مرد را در ایجاد کانون گرم خانواده یاری می کند و این مسألـه رمز موفقیت خانواده است.

۳. زوج های جوان و تجربه محدود زندگی

به طور معمول، بیشتر زوج های جوان، از نظر سـنی در شرایطی نیستند که دارای تجربه ای وسیع و متنوع در زندگی باشند. آن ها چندان با فراز و نشـیب روزگار آشنا نبوده و با مشکلات دست و پنجه نرم نکرده اند. از این رو در زمان برخورد با دشواری های معمولی زندگی غافلگیر شده و حالت انفعالی به خود می گیرند. در چنین شـرایطی است که آن ها نیاز به نیرویی عظیم و تزلزل ناپـذیر می یابنـد تـا آن هـا را در این موقعیت هـا، یـاری نمایـد. نماز، ارتباط مسـتقیم و بی واسـطه با پروردگار در چنین شرایطی به خوبی می تواند کاستی های زوج های جوان را تحت تأثیر خود قرار دهد،

تا آن ها با آرامش بیشتری روند آزمون و خطای ابتدای زندگی را پشت سر بگذارند.

۴. نماز، مهار کننده هیجان جوانی

از ویژگی هـای سن جوانی، تحریک پـذیری زیاد است. جوانان به سادگی تحت تأثیر هیجانات زودگـذر و شدیـد قرار گرفته، واکنش نشـان می دهنـد و همین امر در بیشتر مواقع موجب تنش های روحی می شود. لـذا زوج های جوان به عاملی نیاز دارند که آن ها را در این گونه موارد به نوعی مهار کند و هیجانات جوانی را معقول و معتدل سازد. نماز، چنین تأثیر مثبت و سازنده ای را می تواند در زندگی زوج های جوان ایفا کند؛ یعنی هیجان های غریزی را در مسیری صحیح و خداپسندانه هدایت کند.

متأسفانه، چالش های پنهان و آشکاری میان زوج های جوان وجود دارد و هر یک به نحوی درصدد کنترل دیگری است و هر طرف تلاش می کنـد تفوق و برتری خود را بر دیگری تحمیـل نمایـد که این امر به خودی خود، منجر به برخوردهای اجتناب ناپـذیری می شود. در این فضـا زن و مرد بـا سـلیقه هـا و دیـدگاه هـای خویش به طور طبیعی درصـدد دفاع از عقیـده و سـلیقه خـویش برمی آینـد و بـدیهی اسـت کـه چنین امری می توانـد چـالش هـای خـانوادگی را به دنبـال داشـته باشـد. این احسـاس خودخـواهی اگر کنـترل نشـود، بـه درگیری هـای مـداوم می انجامـد. در ایـن شـرایط، نمـاز می توانـد فرد را از دایره بسـته خودخواهی، خارج کنـد و در چارچوب خـداخواهی، احساس فـداکاری، گـذشت و ترجیـح دادن همسـر بر خویشـتن را در او زنده کند.

نماز و ارتباط با خداونـد، روح فروتنی و دوری گزیدن از خودمحوری را در زوج های جوان افزایش می دهد و به جای سـلطه جویی روح رفاقت را در میان آن ها احیا می کند.

۵. نماز و نیازهای واقعی زوج جوان

هر زوج جوان نیاز به پشتیبانی دارنـد که از آن ها در انجام تعهـدات و وظایف سـنگینی که پذیرفته اند، به نوعی حمایت کند. انس با نماز این حس را به زوج های جوان القا می کند که خداوند بهترین پشتیبان آن ها در زندگی انسان است.

حضرت علی (ع) در پاسخ پرسش که پرسیدند: علم چیست؟ فرمود:«این که به اندازه احتیاج به خدا، او را عبادت کنی».(۱)

نمـاز به منزله بزرگ ترین پشتیبـان یـک زوج جوان محسوب می شود، به ویژه در آغـاز راه که زنـدگی هنوز به انسـجام لازم نرسـیده است و احساس بی ثباتی بر روابط حاکم است. در چنین شـرایطی روی آوری به نماز برای گفت وگو با خداونـد، می تواند احساس خلأ را به احساس آرامش مبدل کند و اضـطراب برخاسـته از مشـکلات را با یاد او تخفیف دهد، تا بدین وسـیله مجال بیشتری برای اندیشیدن و پیدا کردن راهی مناسب پیدا شود.

یکی دیگر از نیازهای زوج های جوان رسـیدن به فردایی بهتر است. در این میان، امید نقش بسیار زیادی در پویایی انسان دارد و بهترین انگیزه جهت رسیدن به آرمان های زندگی محسوب می شود. با توجه به

۱- نصایح، علی مشکینی، ص ۱۸۶.

شور و نشاطی که در جوانان وجود دارد می توان گفت، جوانان معمولاً مایلند زندگی را از دریچه امید ببینند و نماز دریچه زیبایی است به سوی امیدهای زندگی؛ در ذکرهای نماز و به ویژه قنوت، عباراتی وجود دارد که از حالت دعا و درخواست برخوردار است. جوانِ نمازگزار با دعای خود در حقیقت، آرزوی رسیدن به فردایی بهتر را با خداوند در میان می گذارد و چون کسی که دعا می کند، امید به اجابت هم دارد، نماز هم چون حلقه اتّصالی خواهد شد که زوج جوان را با خداوند مرتبط می کند و امید به رحمت و بخشش الهی را در وجود آن ها نهادینه می کند.

هر فردی در زندگی نیاز به همدم و هم صحبتی دارد که بتواند با او ارتباط برقرار کند؛ زیرا انسان موجودی اجتماعی است که بسیاری از نیازهای عاطفی و روانی خود را به واسطه برقراری ارتباط کلامی با دیگر اعضای جامعه انسانی تأمین می کند. در این میان، نماز کامل ترین و زیباترین ارتباط کلامی انسان با خداست و تمامی نیازهای روحی و روانی انسان را سمت و سویی حقیقی می بخشد. نیایش، نماز و ارتباط با خداوند باعث می شود که روح از احساس تنهایی نجات یابد و به واسطه پیوند میان خود و خالق هستی، رابطه انسانی با همسر خود برقرار کند.

یکی دیگر از نیازهای روح آدمی در ارتباط با بی کرانگی یا وجود بی نهایت است. روح آدمی، چون از روح الهی نشأت گرفته است،(۱)از این رو از محدودیت های زندگی مادی به سرعت سرخورده می شود و هر

۱- «وَ نَفَخْتُ فیه مِن روحی؛ و در او انسان از روح خودم دمیدم» (فجر: ۲۹؛ ص: ۷۲).

لحظه متر صد در هم شکستن حصار تنگ آن است.

انسان موحِّد با اتّصال روحش به عالم ملکوت، شادابی و طراوت خود را حفظ می کند و به این وسیله توانایی روحی خود را افزایش می دهد. در مقابل، انسان مادّی به دلیل محرومیت از چنین رابطه ای، از سردرگمی، ابتذال و پوچی روزافزون در عمق روح و روان خویش رنج می برد.

زوج های جوان در شروع زندگی بیش از دیگران نیاز به پویایی دارند و علاقه مندند که زندگی را از دریچه نشاط و شادابی ملاحظه کنند. نماز می تواند این نیاز را به مجرای صحیح خود هدایت کند و آن ها را به مفاهیم عمیق تری از نشاط زندگی آگاه کند.

برخی از اندیشمندان هم چون آبراهام مازلو بر این باورند، زمانی که انسان ها به نیازهای زیستی خویش پاسخ می دهند، در مرحله بعد نیازهای ثانویه و تأمین آن ها مطرح می شود و اگر هرمی از نیازهای ثانویه انسان ترسیم کنیم، قاعده آن، نیازهای ایمنی است که در رأس آن نیاز به خودشکوفایی به چشم می خورد. بر این اساس، وقتی انسان از پاسخ به نیازهای ابتدایی خود فارغ می شود، آن گاه درصدد پاسخگویی به نیازهای اساسی ترش از جمله نیازِ خودشکوفایی برمی آید که در این مرحله او می تواند تمامی استعدادها و توان مندی هایش را از قوه به فعل برساند و خودشکوفایی را محقق کند.(۱) صرف نظر از میزان صحّت تقدّم و تأخّری

۱- نک: به سوی بودن، آبراهام مازلو، انتشارات آستان قدس رضوی.

که این دسته از روان شناسان برای نیازهای انسانی قایل می شود، توجه به نیازِ خودشکوفایی مبحث بسیار مهمی است که نمی توان آن را نادیده گرفت.

یکی از ویژگی های انسان خودشکوفا، خویشتن فرارونده اوست؛ یعنی شخصیتی که از مرزهای خود بالاتر رفته و جذب پدیده های عمیق تر و گسترده تر از خود می شود. نماز عاملی است که انسان را از خود فراتر می برد و محو و جذب ملکوت الهی می نماید و آن گاه به تفسیر دیگری از «خویشتن» می رسد. در حقیقت روح نماز، «از خود بریدن» و «به خدا پیوستن» است. نمازگزار واقعی، خود را چون «منِ مستقل» نمی بیند، بلکه خدا را بر فراز خویشتن مشاهده می کند؛ کسی که منیّت خود و خودبینی را کنار می زند، در حقیقت مصداق شخصیت فرارونده می شود و مهر و محبت او به همسر و فرزند و جامعه اش نیز در مسیر عشق به خدا، معنا و مفهوم پیدا می کند و تابعی از منافع شخصی و غریزی او نمی شود.

هر زوج جوانی در آغاز زندگی مشترک خود، نیاز شدیدی به نیروی اعتماد به نفس دارند تا بتوانند در پرتو آن بر مشکلات خود فایق آیند. نماز، این خودباوری و اعتماد به نفس را به انسان عطا می کند؛ موجودی که خداوند او را جانشین خود در زمین دانسته(۱) و آفرینش او را مبارک می داند.(۲) در حدیث قدسی نیز این مضمون آمده است که «ای فرزند آدم!

۱- «انی جاعل فی الارض خلیفه؛ من انسان را به عنوان خلیفه و جانشین در زمین قرار دادم» بقره: ۳۰.

۲- «فتبارک اللّه احسن الخالقین؛ پس مبارک باد بر خداوند، بهترین خلق کنندگان» مؤمنون: ۱۴.

من همه چیز را به خاطر تو آفریدم و تو را به خاطر خودم».(۱)

حال، انسانی که موحد است و خداوند در صدر اندیشه او نشسته است، چون راز و رمز نیایش با خدا را دریافته، با طیب خاطر نماز می گذارد و از این راه خودباوری و اعتماد به نفسِ می یابد. داشتن حامی نیرومند و مهربانی هم چون پروردگار می تواند تضمین کننده اعتماد به نفس انسان در فراز و نشیب های زندگی مشترک و مسئولیت های ناشی از آن باشد و حذف کردن چنین پایگاهی از زندگی، می تواند زوج جوانی را که با امید و آرزو زندگی مشترک خود را آغاز کرده اند، به گرداب خودمحوری ها و درگیری های نفسانی کشاند. در واقع، نماز به عنوان محکم ترین رابطه انسان با خدا، می تواند بهترین تأمین کننده اعتماد به نفس زوج های جوان، محسوب شود و برای مبارزه با مشکلات زندگی به آن ها جرئت کافی بدهد.

یکی دیگر از نیازهای یک زوج جوان نیاز به «مقبولیت» است. به این معنا که دیگران او را همان گونه که هست، پذیرا باشند. این نیاز، در حقیقت به ضرورت داشتن جایگاه در میان جامعه اشاره دارد و اگر جز این باشد، زندگی امری دردناک بوده و به سختی قابل تحمّل است. حال باید دید آیا نماز و ارتباط با خداوند، قادر است برای انسان چنین مقبولیتی را فراهم کند؟ اگر به فلسفه نماز و روح عبادت توجه کنیم، پاسخ این پرسش آسان خواهد بود؛ زیرا نماز یعنی امکان حضور همه

۱- «یابنَ آدم خَلَقْتُک الاَشْیاءَ لِأَجلك وَ خَلَقْتُک لِأَجْلی»، علم الیقین، ج ۱، ص ۳۸۱.

بندگان در بارگاه الهی، به شرط آن که پیشانی بندگی بر آستان کبریایی اش بسایند.

۶. تأثیر بلندمدّت دوران آغازین زندگی

تـاثیر دهه اول زنـدگی مشترک در سـال هـای بعـد غیر قابـل انکـار است. بر این اسـاس، زوج های جوانی که در دهه نخسـت زنـدگی مشترک رابطه عمیق و مسـتمری با خداوند برقرار می کنند، در سال های بعد از آن، وقتی به گذشـته خود می نگرند، احسـاس آرامش، عزّت نفس و پاکی را با تمام وجود حس می کننـد؛ در حالی که اگر بهترین سال های زنـدگی مشترک که همـان دهه اول ازدواج است، بـا دوری از خداونـد، غفلت از یـاد او و ترک نمـاز سپری شود، همیشه هـاله ای از احساس گناه، زوج جوان را می آزارد. مگر آن که با استغفار از گذشته مورد لطف و عنایت خداوند قرار گیرند. اما حتی در این صورت هم سال های از دست رفته جبران نمی شود. از این رو، نباید به آسانی این دوره مهم را از دست داد.

۷. تربیت فرزندان

زوج هـای جوانی که اهـل نمـاز و عبـادت انـد، در تربیت نسل صالـح و با ایمان توفیق بیشتری می یابنـد؛ زیرا حالات روحی و عاطفی والدین به ویژه مادر، در دوران بارداری و دوره شـیرخوارگی به کودک تأثیر زیادی بر جای می گذارد و چنانچه مادر از ویژگی های معنوی برخوردار باشد، فرزند خود را در دوران جنینی و شـیرخوارگی مسـتعدّ پذیرش ویژگی های اخلاقی می گرداند.

ولی پس از طی دو مرحله یاد شـده ویژگی های رفتاری والـدین نقش بسـزایی در تربیت فرزندان دارد و حالات عبادی والدین تأثیر عمیقی بر

صفحه روح و وجدان فرزندان باقی می گذارد. نمازگزاری زوج های جوان سبب ایجاد فضای معنوی در منزل می شود و نقش خاصّی در تربیت دینی فرزندان دارد.

نماز سبب تقویت روحیه قدردانی و شکرگذاری می شود. این موضوع با توجه با دیدگاه متفاوت و روحیات خاص آن ها، در ابتدای زندگی بسیار مهم است.

روحِ نماز، حمد و سپاس نسبت به خداوند تبارک و تعالی است(۱) و همان گونه که در سوره مبارکه حمد ملاحظه می کنیم، چنین سپاسی به درگاه خداوند، در حقیقت، تجسّم و تبلور روح قدرشناسی نسبت به نعمت ها و بخشش های الهی است. کسی که نسبت به خالق قدرشناس باشد، نسبت به مخلوق او نیز قدرشناس خواهد بود و او زحمات و تلاش های اطرافیان، از جمله همسرش را هرگز فراموش نخواهد کرد. این امر، روح مودّت و حق شناسی و وفاداری همسران جوان را نسبت به هم تقویت می کند و در نتیجه پایه های زندگی شان محکمتر می شود.

توجه به آثار نماز پیش تر گفته شد بُعد دیگری از اثرات نماز در زندگی زوجهای جوان را آشکار می کند. عنصر صبر و استقامت، عنصر دیگری است که نماز آن را قوام می بخشد و ظرفیت و توان روحی نمازگزار را در برخورد با مشکلات افزایش می دهد. این ویژگی برای زوج های جوان به نوبه خود از ایجاد تنش های مختلف جلوگیری می کند

۱- «الحمدللّه رب العالمین؛ ستایش خدایرا که پروردگار جهانیان است». حمد: ۲.

و میزان درگیری های عصبی را کاهش می دهد. از این رو، می توان نتیجه گیری کرد که نماز پایه های زندگی زوج جوان را استحکام می بخشد.

آثار تحصیلی

آثار تحصیلی

رشد تحصیل و دانش اندوزی یکی از موفقیت های مهم زندگی است که بسیاری از خانواده ها در مورد خود و فرزندانشان بر آن تأکید دارند.

با توجه به آثار مختلف نماز مانند تکامل و خودسازی اخلاقی، صبر، ثبات شخصیت، نظم، تمرکز ذهن و تقویت اراده، می توان زمینه مناسبی را برای کسب دانش فراهم نمود. یعنی تقریباً تمام عواملی که برای رشد تحصیلی فرد لازم است در آثار نماز وجود دارد. به عبارت دیگر، نمازگزار واقعی فضای مناسبی را جهت کسب دانش مهیا می کند و نمازگزار در راستای رسیدن به حقیقت هر لحظه بیش از پیش به علم اندوزی روی می آورد.

گذشته از این، آرامش، سلامت و امنیت روانی یکی از مهم ترین عوامل زمینه ساز کسب دانش است و بدون آن ها نمی توان در این مسیر به موفقیّت شایانی دست یافت. خاطرات و حکایت هایی که از رابطه علم اندوزی و بندگی در تاریخ وجود دارد، تا آن حد متواتر است که در این نوشتار، حتّی به گوشه ای از آن نمی توان اشاره کرد. با این حال، خاطره ابوعلی سینا را بسیار نقل کرده اند که چون در مسایل دشوار علمی گرفتار می شد، نماز می گزارد و از درگاه خداوند راه حل می طلبید.

نتیجه

نتیجه

خداوند نماز را با تمام عظمت و بزرگی اش جهت ارتباط انسان ها با ساحت خویش قرار داد تا زندگی زمینی، او را از ماهیت آسمانی اش بازندارد. هر چند قبل از خلقت انسان نیز ملایکه، خداوند را تسبیح و تقدیس می کردند، ولی با آفرینش انسان مرحله نوینی در عبادت آغاز شد که دیگر شکل عبادت تکوینی دیگر موجودات را نداشت و با اختیار و آزادی انسان توأم بود.

آثار نماز به عنوان کامل ترین عبادت آن قدر عمیق و گسترده است که حتی دانشمندان غیر مسلمان نیز در باب آن سخن گفته اند و به ماهیت تربیتی و اجتماعی آن اشاره کرده اند.

به منظور انس با نماز، عوامل و راهکارهای گوناگونی را برشمردیم که آگاهی و استمرار بر آن ها به توان روحی آدمی می افزاید و چون انسان موجودی چند بُعدی و جامعه پذیر است، عوامل اخلاقی - عرفانی و روانی و اجتماعی این امر را بررسی کردیم تا چگونگی پشت سر گذاشتن مراحل نمازگزاری و در نهایت انس با نماز آشکار شود.

بر این نکته تأکید کردیم که صورت نمازگزاری، با «انس با نماز» فرق دارد و آثار واقعی نماز، در مرحله انس با نماز ظهور پیدا می کند، از جمله آثار فردی، تربیتی، اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و خانوادگی در مرحله انس با نماز، زندگی نمازگزار را از خود متأثر می کند.

باید گفت بدون توجه و انس قلبی، نماز جز رفع تکلیف ماهیتی نخواهد داشت و باید در این معنا اندیشید که خداوند در قرآن

می فرماید:«وای بر نمازگزارانی که در نماز خود سهل انگاری می کنند». چگونه می شود که صورت نماز به پا گردد، ولی در محتوا، اتفاق دیگری افتد؟

کتاب نامه

کتاب نامه

۱. قرآن کریم.

۲. نهج البلاغه.

۳. رساله توضیح المسائل.

۴. آمدی، علی، غررالحکم و دررالکلم.

۵. آندرو، متیوس، راز شاد زیستن، ترجمه: وحید افضلی راد، ناشر: مترجم، تهران، ۱۳۷۴.

۶. آن، شپرد، مبانی فلسفه و هنر، ترجمه: علی رامین، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، تهران.

۷. ابوعلی سینا، سر الصلاه، ستاد اقامه نماز، تهران.

۸. ابی الفتح الشهرستانی، محمد بن عبدالکریم بن ابی بکر، ملل و نحل، دار صعب، بیروت، ۱۴۰۶ ه. ق.

۹. احمد، امین، راه تکامل.

۱۰. احمدبن فهد، حلی، عده الداعی و نجاح الساعی،... .

۱۱. احمدی، بابک، حقیقت و زیبایی، نشر مرکز، تهران، ۱۳۸۰.

۱۲. ادب فنای مقربان (شرح زیارت جامعه کبیره)، چ اول، مرکز نشر اسراء، ۱۳۸۱.

۱۳. ادواردز، پل، فلسفه اخلاق، ترجمه: انشاءاللّه رحمتی، مؤسسه فرهنگی انتشاراتی، تبیان، تهران، ۱۳۷۸.

۱۴. استیس والتر، ترنس، عرفان و فلسفه، ترجمه: بهاءالدین خرمشاهی، انتشارات سروش، تهران.

۱۵. اشتهاردی، محمد مهدی، الصلوه، اطلاعات، تهران، ۱۳۷۸.

۱۶. ______________________________، سوگ نامه آل محمد ناصر، قم، ۱۳۷۷.

۱۷. اصول کافی.

۱۸. افراسیاب پور، علی اکبر، زیبایی پرستی در عرفان اسلامی، چ اول، انتشارات طهوری، ۱۳۸۰.

۱۹. ا.کهن، راب، گنجینه تلمود، ترجمه: امیرفریدون گرگانی، غلامرضا ملکی.

۲۰. الحر العاملی، محمدبن الحسن، وسایل الشیعه الی تحصیل مسایل الشریعه، مؤسسه آل البیت لاحیاد التراث، قم.

۲۱. الحویزی، شیخ عبدعلی بن جمعه العروسی، تفسیر نورالثقلین، مؤسسه تاریخ عربی، بیروت، ۱۴۲۲ ه. ق، ۲۰۰۱ م.

۲۲. الطاووسی، جعفربن محمدبن محمد (سیدبن طاووس)، فلاح السائل، مرکز انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، قم.

۲۳. الهجویری، کشف المحجوب.

۲۴. امام صادق (ع)، مصباح الشریعه و مفتاح الحقیقه، ترجمه: عبدالرزاق، مؤسسه الاعلمی للمطبوعات، بیروت، ۱۳۵۹.

۲۵. امیدی فرد، عبداللّه، نقش دعا در زندگی اجتماعی، انتشارات میثم تمار، قم، ۱۳۷۷.

۲۶. امین، سید محسن، اعیان الشیعه، دارالتعارف للمطبوعات، بیروت.

۲۷. امینی، ابراهیم، خودسازی، شفق، قم، ۱۳۶۷.

۲۸. ________________، منازل الاخره، انتشارات انصاری، چ دوم، ۱۳۷۷.

۲۹. انصاریان، حسین، دیار عاشقان (تفسیر جامع صحیفه سجادیه)، چ سوم، انتشارات پیام آزادی، ۱۳۷۳.

۳۰. ________________، عرفان اسلامی (شرح جامع مصباح الشریعه و مفتاح الحقیقه)، چ دوم، انتشارات پیام آزادی، ۱۳۶۸.

۳۱. ا.هیوم، رابرت، ادیان زنده جهان، ترجمه: دکتر عبدالکریم گواهی، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، تهران، ۱۳۷۸.

۳۲. بابویه قمی(شیخ صدوق)، ابوجعفرمحمدبن علی بن حسین، علل الشرایع، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.

۳۳. باقری، خسرو، نگاهی دوباره به تربیت اسلامی، وزارت آموزش و پرورش، سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی، تهران، ۱۳۶۸.

۳۴. بدیعی، محمد، حضور قلب در نماز از دیدگاه عالمان ربانی و عارفان الهی، چ اول، انتشارات تشیّع، ۱۳۷۷.

۳۵. برتیش وفوان بیبل سوسائیتی، کتاب مقدس (عهد جدید و عهد عتیق) انست، انجمن کتاب مقدس ایران، لندن.

۳۶. بورکهارت، تیتوس، مدخلی بر اصول و روش هنری، ترجمه: جلال ستاری، سروش، تهران، ۱۳۶۹.

۳۷. بیرونی خوارزمی، ابوریحان محمدبن احمد، آثارالباقیه عن القرون الخالیه، ترجمه: اکبر داناسرشت، امیرکبیر، تهران، ۱۳۶۳.

۳۸. پاینده، ابولقاسم، نهج الفصاحه، مؤسسه انصاریان، قم، ۱۳۷۹.

۳۹. تفسیر صافی، تهران، صفاء ۱۴۰۵ ه. ق.

۴۰. توانایان فرد، حسن، بهره وری در آموزش های نماز.

۴۱. توحید، انتشارات شهید دکتر سید رضا پاک نژاد.

۴۲. تویسرکانی، لئالی الاخبار، مکتبه العلامه، مکتبه المحمدیه، ۱۴۱۵ ه . ق.

۴۳. تهرانی، عبدالحسین، اسرارالصلاه.

۴۴. جادالمولی، محمد احمد و دیگران، قصه های قرآن، ترجمه: مصطفی زمانی، انتشارات پژواک اندیشه، قم، ۱۳۷۹.

۴۵. جعفری، محمدتقی، زیبایی و هنر، چ دوم، موسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری، ۱۳۷۸.

۴۶. جوادی آملی، عبداللّه، آثار و برکات نماز در دنیا، برزخ و قیامت، چ پنجم، انتشارات نبوغ، سال ۱۳۷۸.

۴۷. ________________________، آداب نماز، چ هفتم، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۷۸.

۴۸. ________________________، تفسیر نماز، چ دوم، ستاد اقامه نماز، ۱۳۷۵.

۴۹. ________________، حکمت عبادات، چ چهارم، انتشارات اسراء، ۱۳۸۰.

۵۰. ________________، مبادی اخلاق در قرآن، چ دوم، مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۸.

۵۱. ________________، مراحل اخلاق در قرآن، چ اول، مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۷.

۵۲. ________________، معاد در قرآن، چ اول، مرکز نشر اسراء، ۱۳۸۰.

۵۳. جواهر السنه فی الاحادیث القدسیه، ترجمه: زین العابدین کاظمی خلخالی، انتشارات دهقان، تهران، ۱۳۸۰.

۵۴. حرانی، شیخ ابومحمدحسن بن علی بن الحسین بن شعبه المدانی، تحف العقول،نشر صدوق، سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، تهران، ۱۳۷۷.

۵۵. حیدری ــ ع، چگونه حضورقلب در نماز پیدا کنیم؟ انتشارات ارم.

۵۶. خلیل جرّ، فرهنگ لاروس، ترجمه: سید حمید طبیبیان، انتشارات امیرکبیر، تهران، ۱۳۷۳.

۵۷. خمینی، روح اللّه، چهل حدیث، چ پنجم، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۷۳.

۵۸. دریایی، محمد رسول، تحلیلی از حماسه سیاسی - تاریخی زیارت عاشورا،انتشارات جعفری، کرج، ۱۳۷۱.

۵۹. دستغیب شیرازی، سید عبدالحسین، ثواب الاعمال، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.

۶۰. ________________، قلب سلیم، دفتر انتشارات اسلامی، وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.

۶۱. ________________، گناهان کبیره، چ سیزدهم، دفتر انتشارات اسلامی، وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۳۷۹.

۶۲. دورانت، ویل، تاریخ تمدن، ترجمه: دکتر ا.ج.آریان پور و ع.احمدی، انتشارات اقبال، چاپخانه سپهر، ۱۳۴۰.

۶۳. دوست خواه، اوستا: کهن ترین سروده های ایرانیان، چ اول،انتشارات مروارید، ۱۳۷۰.

۶۴. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، مؤسسه لغت نامه دهخدا، انتشارات دانشگاه تهران، تهران، ۱۳۷۷.

۶۵. راشدی، حسن، نمازشناسی، ستاد اقامه نماز، تهران.

۶۶. راونـدی کاشانی، قطب الدین فضل اللّه بن علی، نوادر، تحقیق: احمد صادقی اردسـتانی، مؤسـسه فرهنگ اسـلامی، تهران، ۱۳۷۶.

۶۷. راه و رسم زندگی، ترجمه: مهرداد مهرین، آریان، تهران، ۱۳۷۵.

۶۸. رسولی محلاتی، سید هاشم، صحیفه علویه، انتشارات اسلامی، چ سوم، ۱۳۶۹.

۶۹. رضایی، عبدالعظیم، اصل و نسب و دین های ایرانیان باستان، چاپ خانه طلوع آزادی، ۱۳۶۸.

۷۰. رضوان طلب، محمد رضا، پرستش آگاهانه، چ سوم، ستاد اقامه نماز، ۱۳۷۶.

۷۱. رید، هربرت، معنی هنر، ترجمه: نجف دریابندی، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، تهران، ۱۳۷۴.

۷۲. سادوک، بنجامین، روان پزشکی کاپلان، ترجمه: نصرت اللّه پورافکاری، انتشارات آزاده، تهران،

.۱۳۷۱

۷۳. سبحانی، جعفر، فروغ ابدیت، چ نهم، مرکز انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۷۳.

۷۴. سر الصلاه، چ پنجم، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۷۷.

۷۵. سرگرد اورنگ، (به سرمایه افلاطون شاهرخ)،سدّ در (برگزیده ای از نوشته زنده و یاد زند).

۷۶. سرگرد اورنگ، یکتاپرستی در ایران باستان.

۷۷. سهراب پور، همت، آثار گناهان، چ هفتم، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۳۷۵.

۷۸. شبلی، احمد، مقارنه الادیان، چ دوم، المکتبه النهضه المصریه، سال ۱۹۶۵.

۷۹. شرفی، محمد رضا، نقش نماز در زندگی زوج های جوان، چ دوم، ستاد اقامه نماز، ۷۸.

۸۰. شریعتی، علی، نیایش، الهام، تهران، ۱۳۶۳.

۸۱. شهید ثانی، التنبیهات الحلیه علی وظایف الصلوه القلبیه (اسرار الصلاه)، چ سنگی، مطبوع در مجموعه افادات شهید ثانی، ۱۳۱۳ ه. ق.

۸۲. شیخ طوسی، امالی، مجمع مباحث اسلامی آستان قدس رضوی، ۱۳۶۸.

۸۳. ________، تهذیب الاحکام، بیروت، ۱۴۰۶ ه. ق.

۸۴. صدر، محمد باقر، نقش عبادت در زندگی انسان.

۸۵. صدوق، محمدبن علی، عیون الاخبار الرضا، نشر صدوق، تهران، ۱۳۷۲.

۸۶. ________، من لایحضره الفقیه، نشر صدوق، تهران، ۱۳۶۷.

۸۷. صفاتی، زهره، زیارت در پرتو ولایت (شرحی بر زیارت عاشورا)، چ اول، مجتمع علوم دینی حضرت ولی عصر، ۱۳۷۶.

۸۸. طاها، حسین، علیّ و بنوه.

۸۹. طبرسی، ابوعلی فضل بن الحسن، احتجاج، اوقات و امور خیریه، قم، ۱۳۸۰.

۹۰. ______________________________، مجمــع البیــان، مؤســسه انتشــاراتی فراهانی، تهران، ۱۴۱۷ ه. ق.

۹۱. ______________________________، مکــارم الاخلاــق، مؤســسه الاـعلمی، بیروت، ۱۳۹۲ ه . ق.

۹۲. طیاره، عفیف عبدالفتاح، روح الصلاه فی الاسلام، ترجمه: ناصر طباطبایی، نشر احسان، تهران، ۱۳۸۰.

۹۳. عزیزی تهرانی، علی اصغر، شرح زیارت عاشورا، چ دوم، دارالصادقین، قم، ۱۳۷۶.

۹۴. عزیزی، عباس، نمازهای مستحبی، ستاد اقامه نماز، تهران.

۹۵. عمید، حسن، فرهنگ عمید، مؤسسه انتشارات امیرکبیر، تهران، ۱۳۶۹.

۹۶. غرویان، محسن، فلسفه اخلاق از دیدگاه اسلام، مرکز تحقیقات اسلامی سپاه، ۱۳۷۹.

۹۷. فلسفی، محمدتقی، گفتار فلسفی (شرح دعای مکارم الاخلاق)، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، تهران، ۱۳۷۰.

۹۸. فیض کاشانی، ملامحمدمحسن، محجه البیضاء، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، مؤسسه نشر اسلامی، ۱۳۶۱ _ ۱۳۶۲.

۹۹. فیلیپ پی.هلی، و مونرو.سی. بروسلی، تاریخ وسایل زیباشناسی، ترجمه: سید محسن فاطمی.

۱۰۰. قائنی، مهدی، دعا از نظر دانشمندان، دارالفکر، قم.

۱۰۱. قاضی سعید قمی، محمد سعید بن محمد بن مفید، شرح توحید صدوق، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، تهران، ۱۳۷۳ _ ۱۳۷۴.

۱۰۲. قرائتی، محسن، پرتوی از اسرار عبادت، ستاد اقامه نماز، چ سیزدهم، ۱۳۷۴.

۱۰۳. قمی، شیخ عباس، سفینه البحار، بنیاد پژوهش های اسلامی آستان قدس رضوی.

۱۰۴. کارگرمحمد یاری، رحیم، نماز از دیدگاه دانشمندان و متفکران، چ سوم، ستاد اقامه نماز، ۱۳۷۷.

۱۰۵. کارل، آلکسیس، انسان موجود ناشناخته، ترجمه: عنایت ا... شکیباپور، شهریار، تهران، ؟ کتاب، ۱۳۶۳.

۱۰۶. کارنگی، دیل، آیین زندگی، ترجمه: سمیرا شاه مرادی، نهال جوان، تهران، ۱۳۸۱.

۱۰۷. کلمن، ورنون، فشار روانی زهرآگین و اندوه قرن بیستم، ترجمه: محمد رضا نیک خو.

۱۰۸. کلینی، محمد بن یعقوب بن اسحاق، فروع کافی.

۱۰۹. کمپانی، فضل اللّه، نتایج و فوائد دین.

۱۱۰. کن. کایز. جی، آر، عشق علی رغم مشکلات، ترجمه: فریبا مقدم، نشر علم، تهران، ۱۳۷۳.

۱۱۱. کیخسرو شاهروج، سرگرد اورنگ، آیینه آیین مزد سِنی، چ آفتاب، ۱۳۳۷.

۱۱۲. گارودی، روژه، هشدار به زندگان، ترجمه: کسمایی، ریس هاشمی، تهران، ۱۳۶۳.

۱۱۳. گاندی، موهنداس کارمچاند، همه مردم برادرند، ترجمه: محمود تفضلی، امیرکبیر،تهران، ۱۳۶۶.

۱۱۴. لنگ، هانری، بازگشت به سوی ایمان.

۱۱۵. مارسل، بوازار، اسلام و حقوق بشر، ترجمه: مؤیدی.

۱۱۶. مازلو، آبراهام، به سوی روان شناسی بودن، ترجمه: احمد رضوانی، آستان قدس رضوی، ۱۳۷۱.

۱۱۷. مایکل، آیزنک، روان شناسی شادی، ترجمه: مهرداد فیروز بخت، خشایار بیگی، بدر، تهران، ۱۳۷۵.

۱۱۸. متقی هندی، علاء الدین، کنزالعمال.

۱۱۹. مجازی، علاء الدین، فرهنگ نماز (مجموعه مقالات)، مشهد ۱۳۷۴.

۱۲۰. مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، مکتبه الاسلامیه.

۱۲۱. محمدی ری شهری، محمد، الصلاه فی الکتاب و السنه، ترجمه: عبدالهادی مسعودی، دارالحدیث، تهران، ۱۳۷۷.

۱۲۲. ________________، مبانی خداشناسی، دارالحدیث، چ اول، ۱۳۷۵.

۱۲۳. ________________، میزان الحکمه، ترجمه: حمید رضا شیخی، دارالحدیث، چ دوم، ۱۳۷۹.

۱۲۴. مرزوق، محمد عبدالعزیز، الفنون الزخرفیه الاسلامیه فی مصر.

۱۲۵. مرعشی نجفی، شهاب الدین، احقاق الحق، مکتبه آیت اللّه المرعشی العامه، قم.

۱۲۶. مستر هاکس آمریکایی، قاموس کتاب مقدس، اساطیر، تهران، ۱۳۷۷.

۱۲۷. مسنو، محی الدین، الصلاه.

۱۲۸. مشکینی، علی، نصایح، دفتر نشر الهادی، قم، ۱۳۶۷.

۱۲۹. مصور، محمود، لغت نامه روان شناسی.

۱۳۰. مطهری، مرتضی، احیای فکر دینی، انتشارات صدرا، تهران، ۱۳۸۰.

۱۳۱. ______________________، اصول فلسفه و روش رئالیسم، انتشارات صدرا، تهران،، ۱۳۶۲.

۱۳۲. ______________________، تعلیم و تربیت در اسلام، انتشارات صدرا، تهران، ۱۳۶۷.

۱۳۳. ______________________، جهان بینی توحیدی، انتشارات صدرا، تهران، ۱۳۷۰.

۱۳۴. ______________________، حیات اخروی، انتشارات صدرا، قم، ۱۳۷۲.

۱۳۵. ______________________، گفتار معنوی، انتشارات صدرا، تهران و قم، ۱۳۶۳.

۱۳۶. مظاهری، حسین، شرح و تفسیر دعای کمیل، لا اله الا اللّه، تهران، ۱۳۶۳.

۱۳۷. مظلومی، رجبعلی، تربیت مکتبی.

۱۳۸. ملک محمدی، مجید، چهل نکته پزشکی پیرامون نماز، مؤسسه فرهنگی انتشاراتی معارف، تهران، ۱۳۷۶.

۱۳۹. ملکی تبریزی، میرزا جواد آقا، اسرار الصلوه، ترجمه: رضا رجب زاده، پیام آزادی، تهران، ۱۳۷۲.

۱۴۰. میرخلف زاده، علی، داستان های از اذکار، ختوم و ادعیه مجرب، انتشارات مهدی یار، قم، ۱۳۷۸.

۱۴۱. ______________________، قصص الدعا یا داستان هایی از دعا، انتشارات نصایح، ۱۳۷۷.

۱۴۲. میر محمد، عبدالحسین، مناهج الشارعین.

۱۴۳. میلانی فر، بهروز، بهداشت روانی، نشر قومس، تهران، ۱۳۷۳.

۱۴۴. ________________________، خصال، مؤسسه نشر اسلامی، وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۳۶۲.

۱۴۵. ناس، جان، تاریخ جامع ادیان، ترجمه: علی اصغر حکمت، چ چهارم، انتشارات آموزش انقلاب اسلامی، ۱۳۷۱.

۱۴۶. نراقی، مهدی، جامع السعادات، مؤسسه اسماعیلیان، قم، ۱۳۷۹.

۱۴۷. نصر اصفهانی، محمد، اخلاق دینی در اندیشه شیعی، انتشارات نهاوندی، ۱۳۷۸.

۱۴۸. نوبهار، رحیم، کوی دوست، دفتر مطالعات تاریخ و معارف اسلامی، دارالقرآن الکریم، تهران، ۱۳۷۶.

۱۴۹. نوری، حاج میرزا حسین، مستدرک الوسایل و مستنبط المسایل.

۱۵۰. وحدت پناه، علیرضا، نماز و جامعه شناسی، ستاد اقامه نماز، تهران، ۱۳۷۹.

۱۵۱. ورام. ابن ابی فراس و مایکل اشتری، تنبیه الخواطر و نزهه النواظ، دارالکتب الاسلامی، تهران، ۱۳۶۸.

۱۵۲. هوگو، ویکتور، بینوایان، ترجمه: عنایت اللّه شکیباپور، فتون، تهران، ۱۳۶۸.

۱۵۳. هیکو، توشی، خدا و انسان در قرآن.

۱۵۴. یکصد و چهارده نکته درباره نماز، ستاد اقامه نماز، چ هیجدهم، ۱۳۷۴.

درباره مرکز

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند ؟

سوره زمر/ ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ .ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفا علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب « مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱.بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)

۲.تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی

۳.جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه ، تبلت ها، رایانه ها و ...

۴.سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو

۵.گسترش فرهنگ عمومی مطالعه

۶.زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱.عمل بر مبنای مجوز های قانونی

۲.ارتباط با مراکز هم سو

۳.پرهیز از موازی کاری

۴.صرفا ارائه محتوای علمی

۵.ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱.چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲.برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳.تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴.تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵.ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶.تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷.راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸.طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹.برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰.برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

۱.JAVA

۲.ANDROID

۳.EPUB

۴.CHM

۵.PDF

۶.HTML

۷.CHM

۸.GHB

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

۱.ANDROID

۲.IOS

۳.WINDOWS PHONE

۴.WINDOWS

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

درپایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان -خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی -پلاک ۱۲۹/۳۴- طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۸۸۳۱۸۷۲۲ ـ ۰۲۱

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹